سلسلة

شريك حياتي

3





اسم الكتـــــاب: هيّا نتّفق
المـــؤلـــــف: أ.د. أسامة يحيى أبو سلامة
موضوع الكتاب: تنمية أسرية
المراجعة اللغوية: عبدالقادر أمين
عدد الصفحات: 168 صفحة
عدد المـــلازم: 10.5 ملزمة
مقاس الكتـاب: 14 x 21
عدد الطبعـات: الطبعة الأولى
رقـــم الإيـــداع: 20526 / 2019
الترقيم الدولي: 6 - 761 - 278 - 977 - 978 :ISBN

التوزيع والنشر:



القاهرة - جمهورية مصر العربية
هاتف: 01012355714 - 01152806533
E-mail: elbasheer.marketing@gmail.com
elbasheernashr@gmail.com



سلسلة

شريك حياتي

3

هيّا نتّفق

أ.د. أسامة يحيى أبو سلامة





مقدّمة

الحمدُ لله الذي خلقنا من نفس واحدة وخلقَ منها زوجها، وبثّ منهما رجالًا كثيرًا ونساء، والصّلاة والسّلام على خير خلق الله كلّهم «محمّد» رسول الله، وعلى آله الأطهار وصحبه الكرام، وبعد.

رغم أنّ الرّجل والمرأة متباينان مختلفان، (.، وليس الذّكر كالأنثى ...) (آل عمران، ٣٦)، فقد كتب الله سبحانه وتعالى عليهما العيشَ معًا كزوجين شريكيْن متكاملين مُتضافرين مُتلاحمين، يجمعهما بيتٌ واحد، ويكوّنا أسرةً واحدة، وينجبَا ذريّة مشتركة، ويبحرَا معًا عبابَ الحياة المائجة بالصّعاب والعقبات، وكلّ ذلك يستلزم ـ ابتداءً ـ فهمَ كلّ منهما للجنس الآخر المختلف عنه تمامَ الاختلاف، وهذا ما تناولته مادّة الكتاب الأوّل من سلسلة «شريك حياتي» وهو [شريك حياتي من فضلك افهمني].

ثمّ، بعد استيعاب قضيّة الفهم عليهما أنْ يعملا معًا على الاتّفاق في جلّ أمورهما، فالاتفاق هو القضيّة التالية الجديرةُ بالاهتمام،



إنّه ضرورةٌ لاستقرار واستمرار الحياة الزّوجيّة لا يمكن إغفالها أو تجاوزها إلى غيرها.

لقد برزت ضرورة الاتّفاق بين شريكي الحياة من هذا الواقع الأليم الذي يحياه النّاس اليوم، إنّه واقع كثرت فيه حالات الفراق والطّلاق بعد زواج استمرّ متوتّرًا مترنّحًا أكثر أو أقلّ من عشرين عامًا.

... لماذا؟ ...

لأنّه لم يكن هناك في البدء اتّفاق بين الزّوجين، أو كان ولكنّه بات فاترًا سرعان ما تفكّك، أو كان سيئًا مجهدًا ظالمًا فتبدّد وبدّد، أو كان ولكنّه لم يتطوّر ويتغيّر تبعًا لتبدّل الأحوال والظّروف.

لقد صبر الزّوجان ـ أو أحدهما ـ على سوء الاتّفاق ـ أو عدمه ـ طوال هذه السنوات أملًا في الإبقاء على بيت، أو توفيرَ أجواء لتربية الأبناء أو انْصياعًا لأوضاع قهريّة، أو اعتبارًا لمشاعر أو ظروف ماديّة غلّابة، أو...، أو...،

تحمّل الزّوجان ـ أو أحدهما ـ أذى من الأقارب أو افتقادًا لعواطف ورومانسيّات مبهجة أو افتقارًا إلى ممارسات جنسيّة مشْبعة أو خللًا في النّظام الغذائي أو إهمالًا لنظافة البيت وترتيبه أو غيابًا للدعم والمساندة والتّشجيع أو حرمانًا من الأمان والاطمئنان وراحة البال أو غيره من سائر البرامج المنظّمة للبيت الضابطة لحركته المشبعة لاحتياجات أفراده.

صبر الزّوجان ـ أو أحدهما ـ عندما كان العمر في مقتبله والصّحة في عنفوانها، أمّا بعد عِشرة طويلة ماجت بالمشاحنات والخلافات والمشاجرات والتوتّرات والإهمال والتّجاهل، وحفلت بفترات ملتهبة طويلة أثمرت مراراتٍ وجراحًا، وكان حصادها أسرةً مفكّكة تضمّ أبناءً تائهين متفرقين، وشريك حياة لم يرحْ ولم يستَرِح، وسرابَ أمل في إصلاح هارٍ، في وقت لم يعدْ في العمر بقيّة لخوض تجارب جديدة بغرض تصويب المسار، وأمست الصّحة لا تحتمل مزيدَ اصطبار، ولم تعدْ هناك طاقات لمثابرة أو استمرار، وخبت الحاجة الملحّة لوجود شريك حياة يواصل معه وله وبه الحياة، وأمسى المكثُ معه أشدّ ألمًا من فراقه، فكان الفراق والطلاق.

فجاءت أوراقُ هذا الكتاب ـ وهو الثّاني في هذه السلسلة ـ لتبيّن كيفيّة الوصول إلى أسس اتفاق متميز مقبول بين الزّوجيْن سواءً أكانا حديثي الزّواج، أو أولئك الذين مضى على زواجهما سنوات طالت أم قصرت، حتّى يعيشا معًا حياة زوجيّة هنيئة كانا يحلمان بها، أو ليتداركا الأمر قبل غرق المركب وضياع الرّكب.

ولعلّي بهذه الكلمات أفتح بابًا يلجُ منه الأزواج والزّوجات والمقبلين على الزّواج والمقبلات إلى اتفاقيات مباركة تفضي إلى السّعادة الزوجيّة المنشودة، وهي كلمات من اجتهاد بشرٍ

فإنْ حملت صوابًا فمِن الله وحده وإن شابها أخطاء فمّن نفسي التي لا أُبرّئُها من ضعف البشر وعجز البشر وهوى البشر وجهل البشر..

... فما أردت إلّا الإصلاح ما استطعت، وما توفيقي إلّا بالله،

وآخرُ دعوانا أنِ الحمد لله ربّ العالمين.

المؤلف

د. أسامة يحيى أبو سلامة

نوفمبر ٢٠١٧



البابُ الأوّل

أهدافٌ ودعائم

لا يقوم الإنسانُ بفعل، أيّ فعل، إلّا وله من وراء ذاك الفعل هدفٌ يسعى لتحقيقه أو دافع يسوقه إليه. والزّواج ـ كمنعطفٍ خطير في حياة كلّ إنسان ـ يقف على رأس هذه الأفعال التي يجب أنْ يكون من ورائها أهداف واضحة ودوافع قوية، والتي من أهمّها:

إشباع الاحتياجات النفسيّة والاجتماعيّة والجسديّة اللازمة للإنسان، والتي لا يتمّ إشباعها إلّا عن طريق شريكٍ من الجنس الآخر يتقاسم معه الحياة.

إنّ كلّ إنسان يريد أن يُحِبّ وأن يُحَبّ في ظلّ من الشّعور الغامر بالأمان، فالحب والأمان احتياجان نفسيّان أساسيان للإنسان رجلًا كان أو امرأة.



للإنسان احتياجات نفسيّة أساسيّة منها الشّعور بالأمان والحبّ، كما أنّ للرجل احتياجات نفسيّة أساسيّة خاصّة به، منها تقبّله والثّقة به وتقديره، وللمرأة احتياجات نفسيّة أساسيّة خاصّة بها، منها تفهّمها ورعايتها والاهتمام بها واحترامها.

وتضمّ احتياجات الإنسان الاجتماعيّة إنجابَ الأبناء لإرواء غريزة الأمومة وعاطفة الأبوّة، وبرّ الوالدين، وصلة الرّحم، وتوسيع دائرة الأقارب بالمصاهرة، والتّواصل مع الآخرين.
وتشمل الاحتياجات الجسديّة للإنسان المأكل والملبس والرّاحة والارتواء الجنسي عن طريق زواج شرعي يباركه الكبار، ويشهده النّاس بكلّ وضاءة ووضوح.

ومن المهمّ أنْ تعرف المرأة أنّ الرّجل يريد من الزّواج إشباع احتياجاته الجسديّة وتحقيق حياة هادئة مستقرّة تدفعه إلى النّجاح في العمل وتكوين أسرة تحصد معه ثمرات نجاحاته العمليّة، كما إنّه من المهمّ أنْ يعرف الرّجل أنّ الزّواج بالنسبة للمرأة هدفٌ رئيسي يمثّل حياتها الحقيقيّة التي يتمّ من خلالها إشباع احتياجاتها العاطفيّة والنفسيّة كأنثى من خلال زوجها، وإرواء غريزة الأمومة من خلال أبنائها،

والاستمتاع اللذيذ والمرير ببذل جهدها ووقتها وأعصابها في القيام على بيتها والاهتمام بزوجها ورعاية أبنائها وتربيتهم.

... ومن قبل ذلك كلّه...

عبادة الله سبحانه وتعالى، فالناس يتزوّجون، والفالحون منهم بزواجهم يتعبّدون، وعن رضا الله يبحثون ويسعون.

دعائمُ تحقيق الأهداف

حتّى تتحقّق أهداف الزّواج لا بدّ من توافر الدّعائم التّالية:

١) فهْمُ طبيعة الرّابطة الزّوجية:

الرّابطة الزوجيّة علاقة فريدة جامعة للضّدين والنّوعين النّقيضين، والنّظرتين المختلفتين، بها الحبّ والعواطف، وبها الشّجار والعواصف، فيها فترات هناء وحبّ تتخلّلها فترات معاناة وكَبَد، لا تخلو من متع ملذّات ولا من رَهَق مسئوليات، هكذا الحياة الزوجيّة ـ كما هي الدّنيا ـ فيجب قبولها كما هي وتطويع النفس لمعايشتها بواقعية، فنسدّد ونقارب ونعفو ونصفح ونغضّ الطّرف، ونتغافل ونتغافر، فمَن يفعل ذلك يكن هو الفائز الأكبر.

ومن تمام فهْم طبيعة الرّابطة الزوجيّة أن يستوعب الرّجلُ والمرأة أنّ الزّواج هو خروج من رحرحة الفرديّة وضيق الـ «أنا» إلى انضباطِ الجماعة ورحابة الـ «نحن». فعندما كان المرء وحيدًا قبل زواجه

كان معتادًا على القيام بما يريد كيفما يريد وقتما يريد، يأكل ويلبس ويسعى بطريقته وإرادته، له آراؤه ورغباته وتصوّراته، ولكنّ الوضع بعد الزواج تغيّر بالكلية، فبات هناك التزام بأمور جديدة وتحمّل مسئوليات ثقيلة والنّظر بعين الاعتبار إلى وجود شريك يقاسمه الحياة، له طرقه في المأكل والملبس والسعي ويتمتّع بإرادة وآراء ورغبات وتصوّرات مختلفة يجب أنْ توضَع محلّ تقدير وتوقير.

الزّواج هو انتقال من الـ «أنا» إلى الـ «نحن»

الزّواج بالنسبة للإنسان ما هو إلّا استقلال عن بيت قديم ومنظومته القديمة ذات الالتزامات المحدودة وانتقال إلى قيودِ بيتٍ جديد ذي منظومة جديدة لها التزامات جديدة تضاف إلى الالتزامات القديمة لا يكاد ينقص منها شيء.

لقد أضاف الزّواج إلى حياة الإنسان أمورًا حيويّة هامّة وضروريّة لم تكن موجودة من قبْلُ من سكينة واستقرار واتّساع رقعة الأقارب والأنساب وإشباع جنسيّ وإنجاب أبناء وغيرها كثير، فكان من البدهي أنْ تتّسع مساحات الالتزامات والقيود لتزيد من تَبعات الإنسان ومسئوليّاته، إنّ هذا هو شأن الدّنيا، ما أعطت إلّا وكبّلت، وما منحت إلّا وقيّدت، وهي لا تعطي ولا تمنح إلّا بإذن الله الواحد الأحد.



٢) فهْمُ نفسيّة شريك الحياة:

ليس هناك على وجه الأرض ما هو أكثر اختلافًا من ذلك الاختلاف الذي بين الرّجل والمرأة، إنها الحقيقة الدّقيقة التي طالما غفل النّاس عنها. إنّ محاولات إلغاء الاختلافات بين الزّوجيْن أو محْوها ليصبحا متماثلين أمرٌ مستحيل، وهو ضربٌ من ضروب الخيال، وإنّما ما يحتاجه الزّوجان ليعرفاه هو كيف يختلفان؟ وكيف يديران تلك الاختلافات بحيث لا تتحوّل إلى خلافات تسبّب جروحًا وآلامًا؟ وكيف يستثمرونها لما فيه الخير لأسرتهما؟ فاختلاف العقول في حقيقته ثراء... بينما اختلاف القلوب وباء.

إنّ هذه الاختلافات بين الجنسين اختلافات فطريّة متجذّرة في النفوس لا يمكن القضاء عليها أو تجاهلها، جعلها الله سبحانه وتعالى ليستطيع كلّ جنس تأدية أدواره في الحياة المختلفة عن أدوار الجنس الآخر تمام الاختلاف، اختلافات يجب توطينُ النفس على إدارة الحياة الزّوجيّة في وجودها والاستفادة منها، بل ومحاولة الاستمتاع بها.

لقد خلق الله عز وجل جسدَ الرّجل يختلف عن جسد المرأة، وإنّ هذا الاختلاف الجسدي هو السبب الرئيسي في استمتاع كلّ منها بالآخر جنسيًّا، وأرادت مشيئة الله عز وجل أيضًا أنْ يختلف الرجل عن المرأة نفسيًّا، فإذا بالرجل والمرأة بسبب جهلهما بحكمةِ



هذا الاختلاف النّفسي يضيقا ويضجرا ويتشاجرا، فإذا ما علما ما وراء هذا الاختلاف النفسي من دلائلَ ومغازٍ فسيتعلما استمتاع كلّ منهما بالآخر استمتاعًا من نوع آخر، استمتاعًا له مذاق آخر، استمتاعًا بالتّكامل في أداء الأدوار وتوزيع المهام، فهو مُصمّم لاستجلاب الرزق، وهي خُلقت لرعايّة الأطفال، هو مهيّأ للدّفاع عن البيت والـزّود عن العرض، وهي أقدر على نظافة البيت وترتيبه، هو لـ، وهي لـ، هو لـ، وهي لـ...

ولذلك اكتسبت قضيّة فهْم شريك الحياة أهميّة خاصّة للغاية، وهي على خطورتها وبالغ أثرها أهملها النّاس وأُخذت بسطحيّة غريبة عجيبة، وتسلّمتها وسائل التّعليم والثقافة والإعلام وأزادتها وحلًا وجهلًا، فقدّمت نماذج سمّمت الأذهان بالخبيث من الأقوال والأفعال، وبدّلت الأدوار، وسفّهت المسئوليات، فأساءت للرّجل كزوج وأب وحما وزوج أمّ، وللمرأة كزوجة وأمّ وحماة وزوجة أب، فحاد النّاس عن الطريق القويم لفهم شريك الحياة وطرائق التعامل معه.

إنّ فهمَ شريك الحياة هي خطوةٌ أولى لحياة زوجيّة سعيدة لا يمكن تجاوزها إلى غيرها. ولكي تنال ـ أخي القارئ، أختي القارئة



ـ قسطًا مناسبًا من هذا الفهم راجع الكتاب الأوّل من هذه السلسلة «شريك حياتي من فضلك افهمني».

٣) معرفةُ الحقوق والواجبات:

تعطي العلاقة الزوجيّة لكلّ طرف حقوقًا وتلزمه بواجبات، وكلّ واجبٍ على أحد الزّوجيْن هو حقّ للآخر، ولذا كان التّهاون في أداء الواجبات إهدارًا لحقوق هذا الآخر، الأمر الذي يورّث الشّحناء والبغضاء ويبعث المشاكل من مراقدها، وقبل كلّ ذلك، حساب مِن الله على التقصير في الوفاء بأداء هذه الحقوق.

فمِن أهمّ واجبات الزّوج الإنفاق على زوجته وإطعامها وكسوتها والتّجاوز عنها والصبر عليها وإعفافها وإشباع احتياجاتها وإكرامها والتلطّف معها ورعايتها، والرّجل مهيّأ بالفطرة على أداء هذه الواجبات ببراعة دون تكلّف.

ولعلّ أهمّ واجبات الزّوجة طاعة زوجها في المنْشط والمكره ما دامت في غير معصية، وحفظ غيبته في نفسها بمراعاة الحشمة وعدم الخضوع بالقول والتحفّظ عند التّعامل مع الأجانب، وحفظه في ماله بالاقتصاد فيه وحسن تدبيره والاحتراس مِن فقده أو تلفه، وأنْ تعفّه بالحرص على الظّهور أمامه بالمظهر الذي يسُرّ وتستجيب له إذا دعاها إلى فراشه، وألّا تُدخِل أحدًا بيته ولا تعطي

شيئًا من بيته ولا تصوم تطوّعًا إلّا بإذنه، وأنْ تعينه على أداء واجباته الشّرعيّة من برّ والدين وصلة أرحام والقيام بالعبادات والدّعوة إلى الله، والمرأة بفطرتها مهيّأة لتؤدّي هذه الأدوار بكفاءة دون تصنّع.

٤) تقديسُ الحياة الزّوجية:

لرباط الزّوجيّة قدسيّة خاصّة ومكانة خاصّة وأسرار خاصّة، إنّه الميثاق الغليظ الذي يربط بين رجل وامرأةٍ كانا قبل الزّواج ليس بينهما شيء، أمّا بعده فالأمر جدٌّ مختلف تمامًا، بعده أصبح هناك نسب وصهر، أبناء وبنات، مال يُنفق، عمر يُستنفد، جهد يُبذل، بناء يشمخ ويرتفع، كلّ ذلك لا يجب تعريضه ـ قدر الاستطاعة ـ للانهيار والتّفكّك، للتّجاهل والإعراض، للاستهتار والعبث، بل يجب العمل ما وسع الجهد على إبقائه مستقرًّا مستمرًّا ناميًا مزدهرًا.

لقد علتْ في الآونة الأخيرة نبرةُ الطّلاق وطلب الطّلاق والمـّضي في إجـراءات الخلع لأسباب كثيرة لم تكنْ موجودة بمثل هذه الكثافة بالماضي القريب وهي أوهن مِن أنْ تهدم بيتًا وتدفن زواجًا، حتّى باتت قيمة الحياة الزّوجيّة عند الكثير وكأنّها زهيدةُ الثّمن وضيعة الشّأن.

فلا بدّ من العودة إلى إعلاء شأن الحياة الزّوجيّة ووضعها في مكانها السّامق المقدس في النفوس عبر برامج تربويّة ودورات



تثقيفيّة تكسب المهارات وتصحّح المفاهيم وتغيّر القناعات، وقبل ذلك كلّه، عودة إلى مبادئ ديننا وشريعة ربّنا وسنّة نبينا صلّى الله عليه وسلم.

٥) التّواصلُ والحوارُ وتبادلُ الآراء:

إنّ التّواصل الجيّد والحوار المثمر وتبادل الآراء بين الزّوجيْن يقارب بين الرّؤى، ويرقى بالتّفاهم إلى الذّرى، بالإضافة إلى أنّه يرفع من حرارة العواطف. والحوارُ المتميّز بين الرجل وزوجته له أصول وأدبيّات (راجع الكتاب الأوّل من هذه السلسلة)، كما أنّ الحوار الرّديء يجلب- ضمنَ ما يجلب- جفافَ العواطف وهبوبَ العواصف، والغموض الذي إذا حلّ بين الزّوجيْن أفسد بينهما إفسادًا كبيرًا، وسبّب كوارث فادحة الأثر.

أيّتها الزّوجة الكريمة، إنْ كان زوجك بالنسبة إليك غامضًا فبالتّأكيد ستفهمين كلامه على غير ما يريد، ومن ثمّ ستؤدّين سلوكًا غير مناسب، وسترتكبين أفعالًا بها من الأخطاء ما بها، وعندئذ ستكدّرين حياتك وحياته.

أيّها الزّوج الكريم، إنْ كنت لا تستطيع أنْ تفسّر أقوالَ وأفعال زوجتك التفسير الصحيح الذي يتواءم مع طبيعتها كأنثى، وأنْ تعرف ما وراء كلماتها وسلوكيّاتها،

فبالتّأكيد ستخطئ في التّأويل والتقدير، وبالتّالي ستؤدّي أداءً يعكّر من صفو حياتك وحياتها.

> **الزّوجان الفاضلان، إذا أدّى حواركما معًا إلى التكدير والتّعكير فأنتما ـ في الغالب ـ لم تستطيعا فهم شريك الحياة على الوجْه السليم، وكيف يدّعي الفهمَ الصحيح مَن استثار شريك حياته وأغضبه بكلماته وهو لم يقصد ذلك أبدًا؟!.**

إنّ الحوار هو أقصر الطّرق لاستجلاء الحقيقة وإزالة الغموض ومعرفة المراد والنّفاذ إلى عقل شريك الحياة وإشعاره بتفهّمه ومنحه مكانته العالية والاحترام اللّائق به والتقدير الذي يستحقّه، فلا حياة زوجيّة جيدة رائعة بلا حوار بنّاء ومكاشفة صادقة.

٦) الاتّفاق والتّوافق، وئامٌ وانسجام:

تباينت أولويّات وقناعات وعادات واهتمامات وطبائع النّاس تباينًا واضحًا من عصر لعصر، ومن بلد لأخر، ومن بيئة لبيئة، ومن مستوًى معيشيٍّ لآخر، ومن شخص لشخص. إنّها أمور تربّى عليها الفرد ورضعَها منذ صغره واعتادَها طوالَ عمره أو اكتسبها من تجاربه الخاصّة أو من تجارب الآخرين، فأصبحت متغلغلة في نفسه، راسخةً في سلوكه، تصيغ وجدانَه

وتقود حركته، إنّها أمور تحكّمت في طعامه ونومه، ملبسه وفكره، جلوسه وسيره، استرخائه وشغله، جدّه وهزله،... إلخ. ولا مناص من ملازمة شريك الحياة والذي له ـ في الغالب ـ أولويّات وقناعات وعـادات واهتمامات وطبائع قد لا يروق بعضُها لشريكه ولا تلقى قبولًا منه ولا ترحيبًا.

إنّ الاتّفاق على الأولويّات والقناعات والعادات والاهتمامات وقبول الطّبائع منذ البدايّة يضمن ـ إلى حدّ كبيرـ السّعادة الزوجيّة والاستقرارَ الأسري، وستندفع قاطرة البيت حين الاتّفاق في اتّجاه واحد، ممّا سيؤدّي ـ بإذن الله ـ إلى الوصول إلى أهدافِ الأسرة في النّهاية، فسلامةُ البدايّة ستؤدّي ـ بمشيئة الله ـ إلى سلامة النّهاية، فاتّفاق الزّوجيْن على قناعة إرساء قواعد البيت على أسسٍ من الدّين ـ مثلًا ـ سيجعلهما يندفعان إلى ما يرسّخ الدّين في نفوس أفراد هذا البيت. ولا يمنع ذلك من أنْ يكون لكلّ فردٍ في الأسرة أولوياته وقناعاته وعاداته واهتماماته وطبائعه الخاصة.

وبديهيّ إنّه لن يكون هناك اتّفاق يتّسم بالإنصاف والمصداقيّة إذا خيّمت روح الأنانيّة والسيطرة والتّنافس والتّجاهل والمراوغة والتشبّث بالرأي وعدم الصّدق على الأجواء بين الزوجين.



والواقع أنّ بعضًا من هذه الأولويّات والقناعات والعادات والاهتمامات والطّبائع يمكن التفاهم حولها والحديث فيها، وبعضها الآخر يصعب التّفاهم حولها ويسبّب الحديث عنها لونًا من الحرج، ومنها ما يسهل تغييره ومنها ما يصعب، ولكنْ ـ بوجه عام ـ يمكن للإنسان أنْ يتغيّر ويتخلّى عن بعضها الذي يسبّب الآلام ليتحلّى ببعضها الذي يجلب الانْسجام وذلك في أيّة مرحلة من مراحل عمره، ولن تكون عمليّة التّغيير هذه يسيرة، إنّها عمليّة تستدعي جهدًا وجهادًا لمددٍ قد تطول، ولذلك يلزمها من العلم والصّبر والعمل والمثابرة الشّيء الوفير.

وممّا يغيب عن كثير من النّاس أنّ الشابّ العريس قد جاء من بيت أبيه محمّلًا بأولويات وقناعات وعادات واهتمامات مارسها وألفها وتعوّد عليها وأصبح مقتنعًا بها تمام الاقتناع، ويريد أنْ يجعلها واقعًا في بيته النّاشيء الجديد، وكذلك الفتاة العروس أيضًا جاءت محمّلة من بيت أبيها بأولويّات وقناعات وعادات واهتمامات مارستها وألفتها وتعوّدت عليها، وأصبحت مقتنعة بها تمام الاقتناع، وتريد أنْ تحقّقها ببيتها الجديد. وغالبًا ـ إنْ لم يكن دائمًا ـ ما تختلف أولويّات وقناعات وعادات واهتمامات العريس عن تلك التي للعروس اختلافًا كبيرًا واضحًا؛ فتبرز هنا أهميّة إعادة ترتيب الأولويّات والتفاهم حول القناعات وتهذيب

العادات واحترام الاهتمامات التي سيتأسّس عليها البيت الجديد، فهذا البيت لن يكون ـ بأيّ حال ـ مطابقًا تمامًا للنّسخة التي يريدها الشابّ العريس ولا النسخة التي ألفتها الفتاة العروس، ولكنه أنموذج جديد لبيت ناشيء جديد قد يجتمع به بعضٌ من صفات النّسختين القديمتين لبيتي أبوي العروسين.

يخطئ الزّوج ـ أو الزّوجة ـ عندما يريد أنْ يواصل حياته كما كانت قبل الزّواج، ولا يريد أنْ يغيّر أيًّا من أولوياته أو قناعاته أو عاداته أو اهتماماته التي ألفها ليتواءم مع وضعه الزواجي، ففي أغلب حالات الخلاف يريد كلّ طرفٍ من شريكه أنْ يتغيّر بما يوافقه هو، وهذا فيه ما فيه من تجاهل الآخر والحطّ من شأن الآخر وإهدار وجود الآخر، والذي يحطّ من شأن شريكه ويتجاهله ويهدر وجوده وكأنه يعيش وحده؛ فسيعيش ـ في الغالب ـ بعد ذلك وحده.

الزّوجان الكريمان، لتحقيق الانسجام مع شريك الحياة من المهمّ اتّباع التّالي:

أـ استكشاف واستشفاف ما يثير حنقَ وضيق شريك حياتك من أولويّاتك وقناعاتك وعاداتك واهتماماتك وطبائعك.

ب ـ الاجتهاد في تعديل وتغيير وتبديل وإلغاء ما يضيق به شريك حياتك من أولويّاتك وقناعاتك وعاداتك واهتماماتك وطباعك.



جـ ـ عدم كتمان ما يضايقك ويعتمل في صدرك تجاه شريك حياتك، فمآلُ الكتمان انفجار لا تحمد عواقبه، بل يجب مصارحته، مع مراعاة التلطّف واختيار التّوقيت المناسب والجرعة الملائمة، وكأنك تسوق إليه ما يغضبك منه في ثوب هديّة، كقول أمير المؤمنين «عمر بن الخطاب» رضي الله عنه: «رحم الله امرءًا أهدى إليَّ عيوبي».

د ـ استقبل توجيه ونقدَ شريك حياتك لبعض ما تفعل أو تقول ليس فقط بصدر واسع؛ بل وبترحاب المتعطّش للمعرفة، الظّامئ للتعديل والتّطوير والتغّيير والتطبيق.

قد يكون شاقًّا على النّفس أنْ تسمع نقدًا لها، ولكن ما هو أشقّ من ذلك وأمرّ أنْ تعيش مع شريك حياة تؤذيه بكلماتك دون أنْ تدري قدرَ ما تسبّبه له من أذى، وتجرحه بسلوكيّاتك دون أنْ تشعر عمق ما تجلبه له من جراح، فالحياة بهذه الطّريقة ستصير إلى الأسوأ والأظلم.

هـ ـ لقد منحنا الله عز وجل نعماً كثيرة كالحوار والتّفاهم والتكيّف، لكي نتعايش بسلام مع مَن نختلف معهم، ونستفيد مِن هذا الاختلاف في تحسين أخلاقنا وأدائنا وعلاقاتنا، ومن أقرب النّاس في التعايش وأجدر باستغلال هذه النّعم مثل الزّوجين، شريكا الحياة ورفيقا العمر؟



⏮ وللوصول الى اتّفاقات تحقّق الوئام المنشود ينبغي أنْ نضع في بؤرة اعتبارنا ما يلي:

أـ الأولويّات:

تقف الأولويّات على قمّة اهتمامات الإنسان، وهي التي تحكم حركته وسكنته وبها تخرج أقواله وأفعاله، وكلّما ارتقت أولويّات الإنسان كلّما كان راقيًا، والعكس صحيح.

⏮ واختلاف الأولويّات أمرٌ كثير الحدوث بين الزّوجين، ومن أمثلته ما يلي:

- هو يرى أنّ نجاحه في عمله واستهلاك معظم وقته فيه من أولويّاته القصوى؛ لأنّ هذا النجاح سيعود عليه وعلى أسرته بالنّفع الكبير، وهي ترى أنّ بذل زوجها وقتًا لأبنائه أفضل وأربى من عمله الإضافي الذي يجبي من ورائه دخلًا ماديًّا أكثر.

- هو يري أنّ تربية الأبناء على الدّين والتزامهم التّام بالعبادات والمعاملات تقف على قمّة أولويّاته ولذلك اهتمّ بما يدعم هذا التوجّه، وهي ترى أنّ تعليم الأبناء وتفوّقهم الدراسي أولويّة قصوى لا تدانيها أولويّة أخرى؛ ولذلك اهتمّت بإلحاق أبنائها بأفضل المدارس وعكفت على متابعتهم ومساعدتهم في تحصيل دروسهم.



في المثالين السّابقين، نجد أنّ لكلّ فرد أولوياته الخاصّة التي يريد أنْ يفرضها على الآخر، فلا بدّ من الاتّفاق ليتمّ الوفاق.

– إنّه جاء من بيت أبيه وقد ألف نظامًا غذائيًّا دقيقًا محكمًا، ويعدّ من أولويّات بيت أبيه، وهي جاءت من بيت أبيها وقد وضعت ـ كما تعوّدت ـ ترتيب البيت ونظافته على رأس أولويّاتها، فنجدها لا تعبأ بضبط البرنامج الغذائي قدرَ عنايتها بتحقيق برنامج ترتيب البيت ونظافته، الأمر الذي سيثير حنق الزّوج وضيقه إنْ عاجلًا أو آجلًا.

في هذا المثل نجد أنّ كلًّا من البرنامجين (البرنامج الغذائي وبرنامج ترتيب البيت ونظافته) في الغالب من مسئوليات الزّوجة، فعليها إعادة ترتيب أولويّاتها وتغيير ما ألفته ببيت أبيها، وأنْ تهتمّ بالبرنامج الغذائي قبلَ اهتمامها ببرنامج نظافة البيت وترتيبه، فإنْ فعلت فستحظى بحبّ زوجها وقلبه، ممّا قد ينعكس على أدائه معها فيجلب لها السّعادة والاستقرار النّفسي، وإنْ أصرّت على ما تعوّدت عليه وأبت إعادة ترتيب أولويّاتها بما يتّفق مع راحة زوجها، فستنال منه ما تكره.

ب ـ القناعات:

تغلغلت بعضُ القناعات السّلبيّة في وجدان الكثير من النّاس رجالًا ونساءً، وطغى على سطح العلاقات الزّوجيّة بعض الأمثلة الدّارجة التي ليس لها في ديننا برهان ولا سلطان، من أمثلتها

[.. شاوروهنّ وخالفوهنّ، يا مآمنة للرّجال يا مآمنه للميّه في الغربال، اكسر للمرأة ضلع يطلع لها ٢٠ ضلع، قصّي ريش طيرك (زوجك) قبل ما يلوف على غيرك...]. ولا مجال هنا لاختبار واقعيّة هذه الأمثلة الدارجة من عدمه، ولكنّ الذي لا شكّ فيه أنّ هذه الأمثلة ارتدّت بحياة النّاس الاجتماعيّة إلى الخلف، وصبغت فكرهم وسلوكيّاتهم بالتّشويش والخلل، وكرّست أوضاعًا ليست من أمر ديننا من قريب أو بعيد، ولذلك وجب العمل على تغييرها.

قد تتولّد قناعات لدى الإنسان نتيجة إلفِه في بيت أبيه على وضع معيّن، كالأمثلة التالية:

- لقد رأى والدته خادمةً لأفراد الأسرة كلّهم، قائمة على راحتهم، طاهية ماهرة للطعام، مربيّة رائعة للأطفال، فتولّدت لديه قناعة بأنّ هذه هي أدوار المرأة ببيتها، ولا علاقة للرجل بها ألبتة.

- لقد عاشت ببيت أبيها الذي كان يقوم بواجبات منزليّة كثيرة، فكان يجلب المشتريات ويقوم بكثير من أعمال النّظافة وكان دائبَ الدّخول إلى المطبخ ليغسل الأطباق أو يعدّ العشاء، فتولّدت لديها قناعة بأنّ هذه الأمور من واجبات الزّوج التي يجب عليه القيام بها.

كما قد تتولّد القناعات نتيجة رفض المرء سلوكًا من سلوكيات والديْه أو أحدهما، ثمّ يسرّ في نفسه على ألّا يكون لهذا السّلوك وجود في بيته الجديد عندما يتزوّج. ومن أمثله ذلك ما يلي:

- عانى شابّ منذ صغره من كون أمّه امرأة عاملة، تعود إلى بيتها مكدودة مجهدة، فلا تفيء إلى خدمته ورعايته كما ينبغي. كم عادَ من مدرسته فوجد البيت خاليًا عليه! - فأكل أيّ شيء، ونام على أيّ شيء، وانتظر السّاعات الطوال حتّى أتته أمّه مجهدةً لتجلس معه دقائق معدودة فقط، هكذا كلّ يوم، لقد تألم كثيرًا وطويلًا بسبب ذلك، وإذا به عندما أراد الزّواج اشترط في عروسه ألّا تعمل خارج بيتها وأنْ تمكث فيه ربّة له.

- كانت تمقت صوتَ أبيها الجَهْوري المرتفع الذي ارتجّت له جدران البيت صباحًا ومساءً، بمناسبة وبغير مناسبة، فلكم سبّب لها هذا الصوت ضغطًا عصبيًّا متواصلًا لا يطاق، وعندما كبرت أصرّت على أنْ تقبل بالعريس الذي يتّسم بالهدوء الشّديد الأشبه بالموات.

وتتولّد القناعات أيضًا نتيجة فلسفات وثقافات بعضها صائب والبعض الآخر خائب، ومن أمثلتها ما يلي:

- هو يرى أنّه كرجل يجب أنْ يُطاع رغم أنّه مقصّر للغايّة في واجباته كرجل وزوج كالإنفاق والرّعاية، إنّه يريد أنْ يطاع لمجرّد إنّه الرّجل وكفى!!!

- هي ترى أنّه ليس من الواجب عليها كزوجة القيام بنظافة البيت وطهي الطعام، فإنْ قامت بهذه الأعمال فذاك تفضّل منها وإحسان.

وهنا يجب أنْ تُراجع قناعات الشّريكين مراجعةً وافية صادقة، فما كان مطابقًا للشّرع والعرف والفطرة وكان أكثرَ ملاءمة للواقع ولطبيعة الزّوجيْن وإمكانياتهما يُؤخذ به، وما كان على غير ذلك فيجب أنْ يناله التخلّص أو التقلّص ما وسع الجهد.

جـ ـ العادات:

يمارس الإنسانُ من صغره حتّى زواجه طرائقَ عدّة في ملبسه ومأكله وحديثه وسلوكه مع الآخرين، متأثّرًا بمَن حوله من أشخاص وما حوله مِن أحداث. إنّ طول هذه الممارسة رسّخ عاداتٍ يصعب ـ وليس من المستحيل ـ اقتلاعُها، ولا شكّ أنّ اختلاف العادات قد يسبّب توتّرات في العلاقة الزّوجيّة تظهر أكثر عندما يفتقد الحبّ والودّ بين الزوجين، ومن أمثلتها ما يأتي:

– هي جاءت من بيت أبيها وقد اعتادت على أداء الواجبات الاجتماعيّة من صلة رحم وزيارات الأقارب والمجاملات في المناسبات وإكرام الضّيوف باهتمام ملحوظ، بينما ألف هو في بيت أبيه أنْ تتمّ هذه الأمور في أضيق الحدود. إنّ إعادة ترتيب اهتماماته قد يجعله أكثر تقبّلًا للانفتاح على الآخرين لينفذا معًا برامج صلة الرّحم وزيارات الأقارب وإكرام الضّيوف على غير ما تعوّد هو، فيسعدها ويسعد بها.



- هو تعوّد أنْ يتدثّر بغطاء أثناء نومه صيفًا وشتاءً، وهي بالكاد تستعمل غطاءً في فترة البرد القارص فقط، فكيف سيجمعهما فراش واحد؟

- هو تعوّد أنْ ينام في ظلام دامس، وهي لا تستطيع النوم إلّا في وجود ضوءٍ خافت، فكيف ستجمعهما غرفة واحدة؟

- هو ينام نهارًا ويستيقظ ليلًا، وهي تنام ليلًا وتستيقظ نهارًا، فكيف سيجمعهما وقت واحد؟

- وهبَها الله عز وجل والدًا يداعبها كثيرًا ويدلّلها طويلًا، يسمعها ما تحبّ ويجلب لها ما يسعد، وعندما تزوّجت لم تجد مثل ذلك من زوجها، فكيف ستستريح معه على غير ما تعوّدت أنْ تلقاه؟

لا بدّ من مراجعة العادات وانتقاء أفضلها والاتّفاق عليه، وأن يكون لدى الزّوجيْن المرونة الكافيّة التي تتيح تغيير العادات إلى الأفضل، حتّى تستقرّ الحياة الزوجيّة على أحسن وضع.

د- الاهتمامات:

إنّ قدرات النّاس وملكاتهم تتباين تباينًا شديدًا ممّا ينعكس أثره على اهتماماتهم التي تتباين أيضًا تباينًا كبيرًا، ولا شكّ أنّ اختلاف الاهتمامات يتيح تغطية الإنسان لجميع أنشطته التي بها

يحقّق استخلاف الله سبحانه وتعالى له في الأرض، كما أنّ اهتمامات الرّجل غير اهتمامات المرأة تمامًا (... وليس الذّكر كالأنثى ...) (آل عمران، ٣٦)، فلكلّ منها ما يشغله ويهتمّ به لتتكامل أدوارهما في الحياة. ومن الأمثلة على اختلاف الاهتمامات ما يلي:

- هو يهتمّ بالحفاظ على مواعيده ويثور غاضبًا ممّن يتسبّب في تأخّره، وهي لا تعبأ كثيرًا بضبط مواعيد خروجها من منزلها معه قدرَ اهتمامها بارتداء المناسب من الثّياب وتأمين البيت وغلق صنابير الماء والغاز وإطفاء الأنوار وغلق النّوافذ وضبط هيئة السّتائر، و...، و...، فتؤخّره عن مواعيده.

- هي تهتمّ بمشاهدة المسلسلات الاجتماعيّة وهو يسخر منها لهذا الاهتمام التّافه في نظره، بينما هو يهتمّ بمشاهدة برامج مصارعة المحترفين وهي تشمئزّ منها لما بها من عنف وقسوة في نظرها.

عند التّعامل مع الاختلاف في أمرٍ يجمعهما ـ كالخروج من المنزل في ميعاد محدّد ـ فيجب أداء الأصوبِ وهو الالتزام بالمواعيد. أمّا إذا كان الاختلاف في أعمال مختلفة ـ كمشاهدة برامج فضائيّة مختلفة ـ فيجبُ احترام هذا الاختلاف وعدم الحطّ من شأنه وترك كلّ فردٍ يفعل ما يريحه، فراحة الفرد ستعود ـ بلا جدال ـ على الأسرة كلّها.

كيف نتعاملُ مع الاختلافات في الأولويّات والقناعات والعادات والاهتمامات؟

عند الاختلاف يوجد عددٌ من الأطروحات كالتالي:

١) هناك مَن يكون محقًّا في أولويّاته وقناعاته وعاداته واهتماماته كالذي جعل تربية أبنائه على الدّين تسبق أمرَ تعليمهم، وكالتي تنام ليلًا، وكالذي يحافظ على مواعيده، فينبغي على شريك حياة هؤلاء مراجعة مواقفه وتعديلها.

٢) هناك مَن يكون مخطئًا في أولويّاته وقناعاته وعاداته واهتماماته كالذي ينصرف إلى عمله كليّة تاركًا مسئوليّة تربية أبنائه على زوجته، وكالذي ينام نهارًا، وكالتي لا تحافظ على المواعيد، فيجب على هؤلاء أنْ يراجعوا أحوالهم ويعدّلوا من أنفسهم ما استطاعوا إلى ذلك سبيلًا.

٣) في أغلب الأحوال يكون الزّوجان على الحقّ رغم اختلافهما، نعم يكون الاثنان على حقّ، فالرجل الذي يفضّل ضبط البرنامج الغذائي على ضبط برنامج نظافة البيت وترتيبه على الحقّ، وزوجته التي تتبنى عكس ذلك على حقّ أيضًا. إنّ الاختلاف هنا ليس بين حقّ وباطل، فكلاهما على الحقّ، وإنّما هو اختلاف بين الحقّ والأحقّ، وفقط. وهل يستحقّ الفرق بين الحقّ والأحقّ ذكرًا أو يقام له وزنًا؟- هل يستحقّ الفرق بين الحقّ والأحقّ أنْ ندع الشّيطان ينفخ في الكير ليحرق البيت بالنار!؟

وحتّى يسير ركب الأسرة متهاديًا على صفحة الحياة الهائجة اقتضت رحمةُ الله تعالى أنْ يكون لهذه الأسرة ربّانًا واحدًا قوّامًا عليها يقودها ويرعاها ويحميها ويستطيع حسمَ الأمور واتّخاذ القرار وقادر على تحمّل تبعات هذا القرار، ولقد كلّف الله- عزّ وجلّ- الرجلَ بمسئوليّة هذه القوامة، وأعدّه لها، وفي المقابل جعل طاعة المرأة لزوجها في غير معصية عبادةً تتقرّب بها إلى الله تعالى لتنال رضاه وجنّته. إنّ المرأة الطّائعة لزوجها في غير معصيّة عابدة، أمّا المرأة العاصيّة فعابثة.

أغلبُ الخلافات بين الزّوجيْن تكون بين الحقّ والأحقّ، وهنا تبرز أهميّة التزام المرأة بطاعة زوجها

هـ- الطّبائع وأنماط الشخصية:

تختلف طبائعُ البشر وأنماطُهم الشّخصيّة التي جبلهم الله عز وجل عليها اختلافًا مشهودًا، ولقد بلغ هذا الاختلاف شأوًا بعيدًا بحيث لا نكاد نرى شقيقًا يماثل شقيقَه في طبائعه وأنماط شخصيته، رغم أنّ هذين الشّقيقين من أمّ واحدة وأب واحد، وجمعتهم بيئة واحدة، وعاشوا منذ ميلادهم معًا متلاحمين متداخلين. ومن الأمثلة على هذا النوع من الاختلاف بين الزّوجيْن ما يلي:

- هو عشوائيّ لا يعرف النّظام، فملابسه مُلقاة على أيّ مكان، وكتبه في كلّ مكان، ويأكل في أيّ وقت، وعلى أيّ وضع، وينام على أيّ شيء، وهي لا تقدّس شيئًا في حياتها قدرَ النّظام والترتيب.

هذا الاختلاف في الطّبائع والأنماط الشخصيّة لا شكّ متعبٌ للغايّة لكلا الطرفين، ولكن لا بدّ من النّظر في أيّهما لديه الطّبيعة الأجمل (وهي في هذا المثل حبّ النظام والترتيب)، وعلى الآخر مجاهدة نفسه وتطويعها لتكون أفضل ممّا هي عليه. ومن الطّبيعي أنْ تأخذ عمليّة التطويع هذه وقتًا وجهدًا وصبرًا، والأمل في تغيّرها يتوقّف على قدر العزم والحرص.

- قد يكون هو متساهلًا في حقوق بيته أمام أقاربه في مسألة الميراث مثلًا، ولكنّها لا تعرف في هذا المجال تساهلًا، بل شراسة وقتالًا.

- هو حادّ المزاج سريع الغضب فائرُ الثّوران، وهي هادئة الطباع بطيئة الإيقاع تؤثرُ الانسحاب عند وقوع المشاحنات.

هذان الاختلافان السّابقان في الطّبائع يفيدان البيت ولا يضرّاه، وتُقضى بهما مصالح الأسرة فلا تضيع. فالاختلاف الأوّل يضمن لهذا البيت أخذَ حقوقه، ووجود الاختلاف الثاني يؤدّي إلى عدم التهاب الموقف عند غضب ربّ البيت، فكان اختلاف طبائع الزّوجيْن بهذا الشّكل رحمةً بالبيت. أمّا إذا كانا متوافقين في طبيعة



التّساهل فحقوق البيت ضائعة لا محالة، أو في طبيعة المزاج الحادّ فاضطراب البيت مستمرّ لا ريب.

إنّ التّوافق في الطّباع الحسنة كالمرونة وحبّ النظام والنظافة وغيرها يجلب الرّاحة والانسجام، ولكن التّوافق في الطّباع السّيئة قد يثير الاضطرابات والمشكلات بين الزّوجيْن في حالة كونهما ـ مثلًا ـ حادّي المـزاج سريعي الغضب، وفي أحيان أخرى يسبّب انسجامًا وتوافقًا في حالة كونهما ـ مثلًا ـ بخيلين.

وبوجهٍ عام تعتبر مشاكل اختلاف الطّبائع وأنماط الشّخصيّة أكثرَ من محاسنها، ولذلك كان قبول طبيعة شريك الحياة وأنماط شخصيّته والتّأقلم على العيش معه في ظلّ هذه الطبيعة هو العروة التي تستديم معها الحياة وتستقرّ.

إنّ إعادة ترتيب الأولويّات والتّفاهم حول القناعات وتهذيب العادات واحترام الاهتمامات والتأقلم على الطّبائع؛ هي ضمانات البدايات الموفّقة للحياة الزّوجيّة النّاشئة وأطواق النّجاة للحياة الزّوجيّة التي مضى عليها بعضٌ من زمان

٧) توزيعُ الأدوار والمهام:

في أيّ أسرة ـ كما في أيّ علاقة ـ لا بدّ من وجود أدوارٍ ومهامّ ومسئوليات يقوم بها أفرادها، الأمر الذي يتطلّب الاتّفاق على توزيع هذه الأدوار والمهامّ والمسئوليات على هؤلاء الأفراد، في ظلال من الأدراك العميق لطبيعة كلّ فرد ونفسيّته ـ فلا تكلّف المرأة بأدوار الرّجال، ولا يكلّف الرجل بأدوار النساء، إلّا لضرورةٍ طارئة قاهرة ـ وحالته الصحيّة وإمكانياته وملكاته واهتماماته ومواهبه وقناعاته وأنماطه الشخصيّة وخصائص مرحلته العمريّة، كما يتطلب أيضًا قدرًا من المرونة العاليّة والتفاهم الواضح والثّقافة الواسعة والاحترام المتبادل والسّعي للتطوير والتغيير إلى الأفضل. وفي العادة ينجذب الإنسان للاضطلاع بالأدوار والمهامّ والمسئوليات التي يفضّلها أو التي ألفها وتعوّدها. وإذا لم تتمّ مناقشة الأدوار والمهام والمسئوليّات فسوف يفهمها كلّ فردٍ حسب حالته المزاجيّة وقدراته الذهنيّة، وعندئذ تبرز الخلافات والمشاكل.

والحقيقة الغائبة أنّ مسئوليّة توزيع الأدوار والمهامّ تقع أساسًا على عاتق الرجل منذ بدايّة الزواج، فهو الذي يحدّد للمرأة- ومعها- حدود دورها في ظلال من الودّ والحبّ والحنان والتفهم والاحترام، حتّى يسهل عليها الاستجابة والأداء والطّاعة. فالمرأة ـ غالبًا وليس دائمًا ـ إذا وجدت أمامها مساحات مفتوحة بلا حدود

فإنّها تتحرّك فيها بنوع من الانطلاق، وتوغل شيئًا فشيئًا في الحركة، فهي ـ غالبًا وليس دائمًا ـ لا تعرف حدودًا تقف عندها، يتّضح هذا بجلاءٍ عندما يتقاعس الزّوج عن تأديّة أدواره. إنّ المرأة بفطرتها ـ كالطفل ـ ترقب وتلاحظ وتختبر وتكتسب أيّ حقّ يتنازل عنه الرّجل، وبذلك يتنامى دورها على حساب تراجع أدوار زوجها حتّى نصل ـ بعد فترةٍ من وقت ـ إلى مرحلةٍ من الخلل الشّديد في أداء الأدوار وتحمّل المهامّ والمسئوليّات، خللٌ لا تطيقه المرأة ولا يحتمله الرّجل على حدّ سواء، لا تطيقه المرأة لأنّه فوق قدراتها، ولا يحتمله الرّجل لأنّ بعض صلاحيات قد انسلخت منه.

> **إنّ المسألة ليست صراعًا على صلاحيّات ونفوذ، وإنّما هي أدوار ومسئوليات وحدود ومساحات، لا ينبغي أنْ يكون فيها تعدٍّ وتجاوز، كما لا يصحّ فيها انسحاب وتقلص.**

إنّ إجادة توزيع الأدوار يؤدّي إلى شعور المرأة بروعة أنوثتها، وإحساس الرّجل بنعيم رجولته، واستمتاع الأبناء بالانضباط والالتزام والاستقرار والأمان. وعلى النّقيض من ذلك، سوء توزيع الأدوار يضخّم المشاكل ويهينُ الأنفس ويحطّم القلوب ويمزّق الأسر ويهدم البيوت.



أخطاءُ شائعة عند توزيع الأدوار

يشيع ارتكابُ بعض الأخطاء أثناء عمليّة توزيع الأدوار، منها ما يلي:

أ- تداخل الأدوار: هو تأدية الشّريكيْن دورًا واحدًا ووظيفة واحدة، وكلّ طرف سيؤدي هذا الدور بطبيعته هو وبأسلوبه هو، وطبقًا لوجهة نظره هو وقناعاته هو، المختلفة عن طبيعة وأسلوب ووجهة نظر وقناعات شريكه، ممّا قد يفضي إلى تضارب في الأداء الذي قد يصيبه الخلل ويستدعي الخلاف والشّجار.

- إنّه يستذكر مادّة اللّغة الإنجليزيّة لولده، وكذلك تفعل زوجته أيضًا، وكلاهما غير راض عن طريقة الآخر وأسلوب الآخر في تدريسه لهذه المادّة وفي طريقة التّعامل مع الولد، وسيؤدّي هذا الاختلاف إلى الإضرار بمصلحة الولد من ناحيّة وفتح باب جديدٍ للخلاف بين الزّوجيْن من ناحية.

ب- احتلال الأدوار: هي أنْ يقوم أحد الشّريكين بأداء دور شريكه تحت أيّ دعوى، مثل عدم دقّة شريكه في أداء دوره أو انشغاله عنه أو غير ذلك من الأسباب. إنّ احتلال الأدوار سيؤدّي مع الوقت إلى تهميش دور الطّرف الآخر وشعوره بالاستغناء عنه، ومن ثمّ انسحاب هذا الآخر تدريجيًّا من أداء أدواره.

إنّ ذلك الأمر شائعٌ للغايّة، ويسبّب الانسلاخ التّدريجي لأحد الشّريكين من البيت، ومع الوقت تجد هذا الشّريك قد ترك البيت تركًا جزئيًّا أو كليًّا، والأمثلة على ذلك لا حصر لها، منها ما يلي:

- المرأة التي لا تطيع زوجها، وتسير وفقَ رؤيتها هي دون اعتبار أنّ لها رجلًا يجب الرّجوع إليه، فسيشعر هذا الزوج أنّ هذه المرأة ليست زوجته.

- المرأة أثناء بحثها عن الكمال المستحيل ترى أنّ قدرَ معاونة زوجها لأبنائها في استذكار دروسهم غير كافيّة، وتتمّ على غير الوجه الذي ترتضيه، فتقوم هي «بتدارك الموقف» حتّى لا «يضيع الأبناء» وتحلّ محلّه في معاونة الأبناء في دراستهم، وتقوم بهذا العمل بدلًا منه، فيترك لها الأمر تقوده بطريقتها، إنها ـ في الحقيقة ـ هي التي أزاحته عن أداء دوره، ثمّ لا تلبث بعد أنْ تتعب وتلهث أنْ تتّهمه بأنّه سلبي وانسحابي وتاركٌ لأعبائه ملقيًا مسئوليّة استذكار الأبناء عليها، والأمرُ غير ذلك، إنّها هي التي لم تقنع بأدائه ولم ترض بطريقته فاحتلّت أدواره وألقت به بعيدًا.

- المرأة التي ترى أنّ أساليب زوجها في تربية الأبناء غير مناسبة، فتنهره تارة وتنتقده تارة وتدير أبناءها على غير الوجهة التي يريدها تارة، إنّها بذلك تجنّبه أداء دوره التربوي تجاه أبنائه، فسيشعر مع الوقت أنّ أبناءه ليسوا بأبنائه.



- المرأة التي ترى أنّ ذوق زوجها في نظام البيت وترتيبه غير ملائم فتفعل ما تراه صائبًا دون أنْ تعبأ بأنّ لها زوجًا ذا ذوق مختلف يجب أنْ يؤخَذ في الاعتبار، إنّها بذلك تشعره أنّ بيتها ليس بيته.

... وعندما تعجز عن فعل ذلك ـ وستعجز بالقطع ـ فإنّها تسعى لفرض المزيدِ من السيطرة.

إنّ المرأة التي ترى أنّ آراءها هي الصّائبة، وتريد أنْ يتمّ كلّ شيء بطريقتها هي، وتصبّ على زوجها اللّوم والعتاب والتّوجيه والنّقد لو أنّه لم يؤدِّ ما عليه بالطريقة التي تريدها هي، فإنْ لم يذعن لها أصبحت عليه ساخطة حانقة، ثمّ قامت عنه بأدواره هو بطريقتها هي، وتوجّهت إلى إدارة كلّ شيء من حولها وحاولت عمل كلّ شيء لَمن حولها، فهي امرأة ذات شخصيّة مُسيطرة، ولن تتحمّل هي هذا الوضع المختلّ كثيرًا.

إنّ العيش سنواتٍ طوال بجوار امرأة من هذا الصّنف سيجعل زوجها مع الوقت يشعر أنّ زوجته ليست بزوجته، وأنّ أبناءه ليسوا بأبنائه، وأنّ بيته ليس ببيته، وعليه إمّا أنْ يستسلم ويلغي وجودَه وينسحب من حياة أسرته، وفي ذلك خسرانٌ ضخم للبيت، ثمّ يتساءل علامَ البقاء في هذا البيت الذي لم أشعر أنّه بيتي؟!-



وسيجيب عن هذا السّؤال عمليًّا، ربّما بعد سنوات طوال من العشرة الزّوجية.

إنّ من كَياسة الزوجة ـ حتّى تُشعر زوجها أنّ له بيتًا وزوجة وأبناء ـ أنْ ترضى بما يبذله زوجها لها ولأبنائها أيًّا كان هذا البذل في نظرها كثيرًا أو قليلًا، كاملًا أو مبتسرًا، سليمًا أو معيبًا، ثمّ تشجّعه دون نقد أو لوم أو توبيخ، حتّى يستمرّ في البذل ويطوّره. إنّه مع الوقت ـ في ظلّ التّشجيع ـ سيبذل أكثر وأكثر، ويتفنّن في إتقان ما يصنع ويقدّم. وأنّه كلّما منحت المرأة زوجَها مساحة من الحريّة كلّما ازداد عطاؤه وحسن أداؤه.

إنّ عدم رضا الزّوجة ببذلِ زوجها القليل أو المبتسر أو المَعيب سيؤدّى ـ مع الوقت ـ إلى حرمانها من هذا البذل، قليله وكثيره، مبتسره وكامله، معيبه وسليمه، فتفقد الزوجةُ بذلك عونَ زوجها ورأي زوجها وساعِدَ زوجها في إدارة بيتها وسياسة أبنائها.

وبالمثل تمامًا، ذلك الزّوج السّاخط على زوجته باستمرار، النّاقد لها ليلَ نهار، الرافض لكلامها وذوقها في اختيار ملابسها وأسلوبها في رعاية أبنائها، المعترض على نظافة بيتها وطرق إعدادها للطعام، غير المتفهّم لاحتياجاتها ونفسيّاتها، الزّاجر دومًا لها لعدم حبّها لأخته أو زوجة أخيه، كلّ ذلك سيحيل حياتها إلى ضيقٍ مرير وقهرٍ أليم، ولن يجد منها ما يبغي، بل على العكس سيخرج منها

- رغماً عنها - ما يستثيره ويُغضبه، وسيتدنّى - مع الوقت - معدّل بذلها وعطائها، ويخبو حبّها وتتقلّص ثقتها بنفسها وتتآكل أنوثتها، وإنّما رضا الزّوج بما تبذله زوجته - ولو قلّ - والتّشجيع المتواصل لها ولعطائها - ولو شابته العلل - هما جناحا الوصول إلى ما يريد من ارتقاء بأداء زوجته والوصول إلى استقرار عيش وراحة بال.

مَن لم يقبلْ مِن شريكه القليلَ فسيَحْرم نفسه - مع الوقت - من القليل والكثير

جـ- تركُ الأدوار: وهي أنْ يترك أحدُ الزّوجيْن تأديّة بعض أدواره ممّا قد يُلجئ شريكه للقيام بها. إنّ هذا الخلل يحدث لأسباب عدّة، منها: لم يراعَ أثناء عمليّة توزيع الأدوار أنّ أحد الشّريكين يعاني من ضيق الوقت أو كثرة انشغال أو عدم الأهليّة أو التّدليل أو الطّبيعة المتسيبة، أو غير ذلك، فمَن ضاق وقته أو كثر انشغاله أو غير المؤهّل أو المدلّل المتسيب؛ أنَّى له أنْ يؤدي ما عليه.

وهنا يجب أنْ يجري المقصّر في أو العاجز عن أداء أدواره عمليّة تفويض لغيره من أجل إتمام ما عليه من أدوار، فالمرأة العاملة التي لا تستطيع تنظيف بيتها بالطّريقة الملائمة لضيق وقتها يجب عليها الاستعانة بخادمة - على نفقتها الخاصّة - لتقوم بدورها، وكذلك الأب الذي عليه استذكار مادة اللّغة العربيّة لابنته ولكنّه عجزَ عن

ذلك لانشغاله بأعمال أخرى عليه الاستعانة بمدرّس للّغة العربيّة ـ على نفقته ـ ليؤدّي دوره، وهكذا، فليس من الإنصاف أنْ يتحمّل أحدُهما عواقبَ تقصير الآخر، إلّا بالاتّفاق والتراضي.

أو...

تُعاد عمليّة توزيع الأدوار مرّة أخري ويستدرك ما بها بحيث تراعى هذه الظروف.

د ـ فرض الأدوار: إنّ الشكوى التي تتردّد كثيرًا في هذا العصر، خاصّة من الزوجات العاملات والمنخرطات في أنشطة خارج المنزل؛ هي أنّ أزواجهنّ لا يشاركوهنّ بما يكفي في تحمّل بعض المسئوليّات داخل المنزل من تربية وتعليم الأبناء والمساعدة في بعض الأعمال المنزلية، ويتركون العبء جلّه على الزّوجات، فترى الرجل يُلزم زوجته بالاضطلاع بمهمّة العنايّة بالأطفال من ملبس ومأكل واستذكار بدرجة قد تفوق قدراتها وإمكانياتها بدعوى أنّ ذلك من مستلزمات أدوار بنات جنسها، و...، و...، إنّ توزيعًا للأدوار يتمّ بهذا الشّكل الدكتاتوري الجبري لا يرجى من ورائه نفع، كما لا تصفو حياة تحت نيره.

إنّ عمليّة توزيع الأدوار لا تتمّ قسرًا أو قهرًا، وإنّما جمالها في أنْ تتمّ تحت ظلّ مناخ من التراضي والتّفاهم والمراعاة لقدراتِ وإمكانيات وعافية الآخر. إنّ الأدوار المفروضة فرضًا على غير رغبة ممّن فُرضت

عليه لنوعٌ مَقيت من السيطرة والقهر، فشريك الحياة ليس دمية يتمّ تحريكها بواسطة أصابع يد الطّرف الآخر كيفما يحلو له، فالدّمية من الأشياء، وشريكُ الحياة من الأحياء، وهناك فارق بين التعامل مع الأشياء وبين التعامل مع الأحياء، فارق كبير، وكبير جدًّا.

إنّ الإجبار هو أسوأ اختيار

هـ ـ سقوط الأدوار: قد تسقط بعضُ الأدوار نتيجة للسّهو أو لسوء التوزيع أو اعتماد كلّ طرف على أنّ الطّرف الآخر سيقوم بها. إنّ متابعة تنفيذ الأدوار تقلّص كثيرًا من فرص سقوط بعض الأدوار وضياعها.

و- احتقار الأدوار: قد يقلّل الإنسان من قيمة وأهميّة ما يفعله شريك حياته، قد يسفّه الرجل عملَ زوجته بالبيت..«يعني بتعملي إيه، إنتِ قاعدة طول النهار بالبيت»، نعم هي بالبيت تلهو وتلعب وتستجمّ وتستريح، أم تعمل وتتعب وتكد؟!- إنّها ليست مثله، فبيتها موطنُ عملها وليس مكان استرخاء ونوم وراحة مثله.

كما قد تقلّل المرأة ما يفعله زوجها خارجَ بيته، نعم هو يمكث خارج بيته ليتنزّه ويتسوّق، أم للعمل والتّعب والإجهاد؟!- إنّه ليس مثلها، فمكانُ عمله خارج بيته وليس متنفّسًا للتنزّه والتسوّق.

إنّ ما يفعله الإنسان لأسرته يعجز أو يملّ أو يفشل أو يكلّ في فعله شريك حياته، إنّ ما يفعله الإنسان لا غناء عنه في استقرار الحياة واستمرارها.

البابُ الثّاني

البرامج

تتوزّع أنشطة الحياة الأسريّة بين عددٍ من البرامج، فلتربية الأبناء برنامج، وللغذاء برنامج، وللرومانسيّة برنامج، وللتكسّب برنامج، وللتكسّب والإنفاق برنامج، وللعلاقة مع أبوي شريك الحياة برنامج، ولصلة الرّحم برنامج، وهكذا، وأنّه لو أحسن تصميم هذه البرامج وإدارتها وتنفيذها لباتتِ الأسرة نموذجيّة في أدائها، قويّة في بنيانها، عظيمة في شأنها، تصميم يضعُ الخطوط العريضة ويرسم الخطى ويحدّد المراحل ويوزّع الأدوار، إدارة تتابع التّنفيذ على الوجه الصّحيح وتشارك في التّصويب والتعديل والاستدراك وهي المسئولة مسئوليّة مباشرة عن نجاح البرنامج، تنفيذ يقوم بتطبيق هذا البرنامج ونقله إلى الواقع وتنفيذ خطواته.



وإيضاحًا لذلك نأخذ هذه النّماذج التالية:

- يشترك الزّوجان في تصميم البرنامج الاقتصادي، ثمّ يعهد إلى الزّوج بتنفيذ الجزء الخاصّ بالتكسّب، وإلى الزّوجة بإدارته وتنفيذ الجزء الخاصّ بالإنفاق.

- يشترك الزّوجان في تصميم برنامج تعليم الأبناء ثمّ يعهد إلى الأب إدارته وتنفيذ جزء منه ولو قلّ وتتكفّل الأمّ بتنفيذ أغلبه.

- تقوم الزّوجة بتصميم وإدارة وتنفيذ البرنامج الغذائي، وقد يشترك الزّوج في تصميم بعضه ولو بالإجابة عن سؤال زوجته الشّائع، ماذا تريد أنْ تأكل على الغذاء اليوم؟

يتحمّل مسئوليّة تصميم وإدارة وتنفيذ كلّ برنامج فردٌ واحد أو أكثر من أفرادِ الأسرة. والرجل بوصفه قائدَ البيت والمسئول الأوّل عنه يجبُ عليه المشاركة في تصميم وإدارة وتنفيذ الكثير من البرامجِ. كما أنّ هناك برامج مسئولة عنها الزّوجة تصميماً وإدارة وتنفيذًا كبرنامج نظافة البيت وترتيبه والبرنامج الغذائي، وهناك برامج يشترك فيها الزّوجان تصميماً وإدارة وتنفيذًا كبرنامج تربية الأبناء والبرنامج الرومانسي، وهناك برامج يكون كلّ فردٍ من أفراد الأسرة مسئولًا عن تنفيذها بنفسه كبرنامج النّظافة الشخصية.

وسينتقل إسناد مسئوليّة تصميم أو إدارة أو تنفيذ جزءٍ أو كلّ من بعض هذه البرامج إلى آخرين مع مرور الوقت وتقدّم العمر

واختلاف الظروف وتغيّر الأحوال الصحية. فمع توالي الأيّام سيسند إلى الأبناء ـ تبعًا لأعمارهم ونوع جنسهم ـ الاشتراك في تنفيذ جزءٍ من برنامج نظافة البيت وترتيبه والمساهمة في البرنامج الغذائي والقيام بحمل بعض من أعباء برنامج تعليم أخواتهم وإخوانهم الأقلّ عمرًا، والأمّ التي التزمت بتنفيذ جزءٍ كبير من برنامج تعليم الأبناء عندما كانوا في المرحلة الابتدائيّة لا تقوى على ـ كما لا يجوز لها ـ أنْ تؤدّي ذات الدّور عندما يصير أبناؤها بالمراحل التعليميّة التالية.

ومن البدهي أنّ البرامج كلّها لا تهبط على رأس الزّوجيْن يومَ أنْ يدخلا عشّ الزوجيّة كعروسين، ولكنها تزحف إلى حياتهما تباعًا، فبرنامج تربيّة الأبناء يبدأ عمليًّا عند إنجاب الأبناء، أمّا برنامج تزويجهم فسيُفتح ملفّه بعد عشرة زوجيّة تجاوزت العشرين عامًا، كما أنّ هناك برامج قد لا يكون لها أيّ وجود في حياة بعض الأزواج كبرنامج العلاقة مع والدي شريك الحياة حينما يكونا قد رحلا من دنيانا.

ولعلّ أهمّ البرامج في حياة الأسرة هي التالية:

١ – البرنامج الدّيني

إنّ الهدف الأسمى من الزّواج وتكوين الأسرة ـ كما تمّ توضيحه سابقًا ـ هو وضعُ لبنة طاهرة طيبة في بناء الإسلام ليزداد بها شموخًا،



ولن يتمّ بلوغُ هذا الهدف إلّا بزواج يعين على رضا الله سبحانه وتعالى وإنجاب أبناء يعزّ بهم الدّين والوطن والعشير.

إنّ الإنسان الذي هُدِي إلى طريق الله القويم سيوجّه جميعَ أنشطته الحياتيّة من صلاة وزكاة وصوم وحجّ وبرّ والدين وصلة رحم وطعام وعمل وتنزّه وسعي في الأرض وزواج وسائر أنشطة الحياة الأخرى؛ إلى نيْل مرضاة الله عز وجل (قل إنّ صلاتي ونسكي ومحياي ومماتي لله ربّ العالمين لا شريك له وبذلك أمرت وأنا أوّل المسلمين) (الأنعام، ١٦٢ ـ ١٦٣).

إنّ اصطباغ الأسرة بالصّبغة الدينيّة يقيها جحيمي الدّنيا والآخرة، فمَن أراد مِن أبنائه برًّا وصلة رحم وطاعة وحسن أخلاق وطيبَ عشرة وجودةَ استذكار؛ فلن يجد مثل التربية الدينيّة وسيلة لبلوغ ذلك، ومن أراد لأبنائه وقايّة من شرور الزمان من إدمان وعصيان وخسران فلن يجدَ مثل التربية الدينيّة واقيًا ومعينًا، ومَن أراد لأبنائه دعاءً واستغفارًا بعد فراقه الحياة الدنيا فلن يجد مثل التّربية الدينيّة طريقًا وسبيلًا.

إنّ التزام الأسرة كلّها بدين الله عز وجل يستلزم صبرًا وجهدًا وجهادًا في هذا العصر أضعاف ما كانت تستلزمه بالماضي، فقد كثرت وسائلُ الإلهاء والإفساد والإضلال، وزحفت ثقافات وتزاحمت قناعات أبعدت النّاس عن فطرتهم ودينهم، وأُفسِحَ المجالُ لشياطين



الإنس والجنّ تعبث بعقول النّاس وتزيّن لهم أهواءهم وشهواتهم، وطفتْ على السّطح مزايدات باسم القيم والدّين أبعدت العبادَ عن الطّريق الوسط، فتوافرت أجواء ملوّثة، حاصرت البيوت من خارجها وتسرّبت إلى داخلها، فباتت عمليّة الاستمساك بالدّين على أشقّ ما يكون، وعلى ما يبدو أنّ هذا الزّمان هو ذلك الزّمان الذي أخبرنا عنه النبي صلى الله عليه وسلم قبل أربعة عشر قرنًا أنّه زمانُ القابض فيه على دينه كالقابض على جمرات من النار.

ورغم كلّ هذه المعوّقات يجب الحرصُ ـ قدرَ الجهد ـ على بناء البيوت على طاعة الله سبحانه وتعالى في كلّ الأحوال، والعمل على تقواه ونيل رضاه.

ولتحقيق هذه الغاية السّامقة، والتي لا تدانيها غايّة؛ يجبُ على كلّ أفراد الأسرة المداومة على بعض الأعمال التعبديّة الصّالحة الخيريّة المُصْلِحة، مثل: الحفاظ على أداء الصّلوات في أوقاتها وعقد جلسة دوريّة يُقرأ فيها القرآن، وتُتدارس سيرة النبي صلى الله عليه وسلم، ويحرص أفرادُ الأسرة معًا على حضور محاضرة مفيدة، والجلوس معًا لرؤيّة برنامج فضائي نافع، وقيام لصلاةِ ليل لله في وقت السّحر وقد طاب النّومً، ويتناصحون بفعل القربات وصلة الرّحم ورعايّة الأيتام والأمر بالمعروف والنّهي عن المنكر، وبذل الصدقات، وإتقان العمل والتكسّب من الحلال، وغير ذلك من أعمال العبادات والبرّ



والخيرات. وبهذا يتقلّب جميع أفراد الأسرة كبارًا وصغارًا في نعيم الطاعة والعبودية، وإنّها بحقّ السّعادة الأبدية.

إنّ المرء وهو على فراش الموت محتضرًا لن يحزنَ على مال فقده أو منصبٍ فاته أو جاهٍ لم يصبه أو فرصة أفلتت من بين يديه؛ بل سيستبدّ به الحزن وتأكله الحسرةُ على ذنبٍ اقترفه وعبادةٍ لم تكن لله خالصة، سيندمُ على أمانةٍ أضاعها وعلى رحِم قطعه وعلى إعانته لظالمٍ وخذلانه لمظلوم وعلى تركه الأمر بالمعروف والنّهي عن المنكر، وغير ذلك من سائر الأعمال والقربات، وحينئذ، يا ليتَ الحزن ينفع أو الحسرة تشفع، والكيّس مَن دان لنفسه وعمل لما بعد الموت، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم. وصدق الشّاعر حين قال:

والله ما أبكي على طلل — أقفى وأقفر من أهل وسكان
ولا بكيت على واد الغضا سحرًا — أو خيمة بين روض الطلح والبان
وما ذرفت دموعي في الهوى سفهًا — لفيئ خلّ ولا تذكار جيران
لكنْ لذكر ذنوبٍ ليتها مُحيت — بعفو ربّ وغفران وإحسان

٢ – البرنامج الاقتصادي

كثيرةٌ هي المكاسب التي تحصد إذا ما تمّ إتقانُ تصميم وإدارةُ وتنفيذ هذا البرنامج، وكثيرة أيضًا هي المنازعات التي تنشبُ بين الزّوجيْن بسبب سوء تصميم وإدارة وتنفيذ هذا البرنامج. وللبرنامج الاقتصادي عدّة مبادئ يقوم عليها ما يلي:



١ـ اليقين بأنّ متاع الدنيا مهْما كان وفيرًا برّاقًا زاهيًا صاخبًا فهو قليل، قليل، قليل.

٢ـ القناعة والرّضا بالرزق الذي يسوقه الله سبحانه وتعالى، فالرّزق محدّد سلفًا، والمرء مازال في بطن أمّه، ورزق المخلوق عند الخالق في السّماء لا يملكه أحدٌ ولا يمنعه إنسان، ولكنْ ما على المرء إلّا أنْ يدأب سعيًا لطلبه بالحلال، ولا يقف عاجزًا كسولًا متواكلًا يشكو الفقر وقلّة الدخل.

ولتحذر الزّوجة من كثرةِ الطّلبات والرّغبات، فإنها جالبة للخلافات والمنازعات، ولتقنع باليسير القليل، فليس من الحكمة أنْ تكلّف المرأة زوجَها ما لا طاقة له به، وتدفعه ليتكسّب على أيّ وجه، وتضغط عليه لعجزه عن تلبية كلّ ما ترغب، فيقعُ في الحرام، إنّ هذا السّلوك لا يقتصر أثرُه على الإضرار بالأسرة واستقرارها فقط ولكنّه يتّسع ليشمل هلاكَ الأمّة بأسرها كما حدث لبني إسرائيل من قبل، فقد قال صلى الله عليه وسلم في حديثٍ صحّحه الألباني: [إنّ أولَ ما أهلك بني إسرائيل أنّ امرأة الفقير كانت تكلّفه من الثّياب والصيغ ما تكلّفه امرأة الغني].

كم جلب إكثارُ الشّكوى من ضيق حالٍ وشعور بفقر وإحساسٍ بنكد، لقد فعلتها امرأة «إسماعيل» سبحانه وتعالى من قبل، حينما قدمَ إليها «إبراهيم» سبحانه وتعالى متفقدًا ولدَه ـ في الحديث الذي رواه البخاري ـ فلم يجده. فسأل امرأته عنه؟ فقالت: خرجَ يبتغي لنا. ثمّ سألها عن عيشهم وهيئتهم؟ فقالت: نحن بِشَرّ، نحن في ضيق وشدّة. قال: فإذا جاء زوجك أقرئي عليه السّلام، وقولي له يغيّر عتبةَ بابه. فلمّا جاء «إسماعيل» سبحانه وتعالى، قال: هل جاءكم من أحد؟ قالت: نعم، جاءنا شيخ ـ كذا وكذا ـ فسألنا عنك فأخبرته، وسألني: كيف عشيْنا؟ فأخبرته: إنّا في جهد وشدّة. قال: فهل أوصاك بشيء؟ قالت: نعم، أمرني أنْ أقرأ عليك السّلام، ويقول لك غيّر عتبة بابك. قال: ذاك أبي، وقد أمرني أنْ أفارقك، الْحَقي بأهلك، فطلّقها. وتزوّج «إسماعيل» سبحانه وتعالى بعد ذلك بامرأة أخرى، فجاء «إبراهيم» سبحانه وتعالى ليزور ولدَه «إسماعيل» سبحانه وتعالى فلم يجده، فقال لامرأته: أين «إسماعيل»؟ قالت: ذهب يصيد، ألا تنزل فتطعم وتشرب؟ قال: وما طعامُكم وما شرابكم؟ قالت: طعامُنا اللّحم وشرابنا الماء. قال: اللّهم بارك لهم في طعامهم وشرابهم، وسألها عن عيْشهم وهيئتهم؟ فقالت: نحنُ بخير وسعة، وأثنت على الله. قال: إذا جاء زوجُك فاقرئي عليه السّلام، ومُريه بأن يثبّت عتبة بابه. فلمّا جاء



«إسماعيل» سبحانه وتعالى قال: هل أتاكم من أحد؟ قالت: نعم شيخ حسن الهيئة ـ وأثنت عليه ـ فسألني عنك؟ فأخبرته. فسألني: كيف عيشنا؟ فأخبرته: إنَّا بخير. قال: هل أوصاك بشيء؟ قالت: نعم، هو يقرأ عليك السّلام، ويأمرك أنْ تثبّت عتبة بابك. قال: ذاك أبي، وأنت العتبة، أمرني أنْ أمسكك.

هكذا يصنع الرّضا وتفعلُ القناعة، ثبات زواج واستقرار عيش وسعادة، بينما غير ذلك يجلب السخط والهوان ويورّث المذلّة والتفكّك، مصداقًا لقول الكندي:

العبد حرّ ما قنع   والحرّ عبد ما طمع

وأنت أيّها الزّوج الكريم، لا تكنْ نفقاتك وتطلّعاتك وأفعالك أكبرَ من إمكانيّاتك، وإلّا ستظلّ تلهث وراء السّراب حتّى نهاية عمرك، أو تقع في الحرام لتنال ما تشتهي من أوهام.

إنّ النّظر إلى مَن همّ في مستوى ماديّ أعلى يورث الحقد والحسد، ويقلّ الشّكر لله الرازق، لقد أنذرنا رسولُ الله صلى الله عليه وسلم بعواقب ذلك في قوله: [انظروا إلى مَن هو أسفل منكم ولا تنظروا إلى مَن هو فوقكم فهو أجدر ألّا تزدروا نعمة الله عليكم] (متّفق عليه)، إنّها حكمة بليغة من معلّم البشريّة صلى الله عليه وسلم تعالج أمراضًا شاعت بين النّاس وذاعت. وقد صدق الشّاعر حين قال:

إذا أردت عيشًا هنيئًا تستفيد به في دينك ثـمّ في دنياك إقبالا
فلتنظرنّ إلى مَن فوقك أدبًا ولتنظرنّ إلى مَن دونـك مالا

٣ـ الصّبر والتقشّف عند الأزمات، فالحال ـ غنًى أو فقرًا ـ لا يدوم.

٤ـ من أسباب الرزق:

أ) التوكّل على الله توكّلًا يفجّر الطّاقات ولا ينفي الأخذ بالأسباب، توكّلًا يزيد من الاطمئنان لقضاء الله وقدره، توكّلًا يعطّر الأعمال بنسيم العبادات، توكّلًا يجعلنا كبشر نرزق كما يرزق الله عز وجل الطير، كقول الرّسول الكريم صلى الله عليه وسلم: [لو أنّكم توكّلتم على الله حقّ توكّله لرزقكم كما يرزق الطّير تغدو خماصًا وتروح بطانًا] (رواه أحمد والترمذي والنسائي).

ب) الالتزام بتقوى الله بدرجةٍ تقي من الوقوع في الزّلل والحرام، تقوى تعلي من شأن الإنسان عند خالق الإنسان، تقوى تجلب الرّزق وتدفع الهوان، تطبيقًا لقول المولى سبحانه وتعالى: (ولو أنّ أهل القرى آمنوا واتّقوا لفتحنا عليهم بركات من السّماء والأرض ولكن كذبوا فأخذناهم بما كانوا يكسبون) (الأعراف، ٩٦).

ج) لزوم الاستغفار لزومًا يجعل خشيّة الله والأملَ فيه تملأن قلب الإنسان، استغفار يزيد من قرب الإنسان لخالقه الرّحمن، استغفار يجلب الأرزاق ويبارك الأوقات والأعمار، كما أعلمنا



وعلّمنا الله سبحانه وتعالى في كتابه: (فقلت استغفروا ربكم إنّه كان غفارًا، يرسل السّماء عليكم مدرارًا، ويمددكم بأموال وبنين ويجعل لكم جنات ويجعل لكم أنهارًا) (نوح، ١٢).

د) تلاوة القرآن، وخصوصًا سورة الواقعة التي ورد أنها تمنع الفقر.

٥ـ المعاصي مانعة للرّزق: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم في حديث رواه الإمام أحمد: [إنّ المرء ليُحرم الرزق بالذّنب يصيبه، ولا يردّ القدر إلّا الدعاء، ولا يزيد في العمر إلّا البر].

٦ـ التّوازن في أداء شتّى أنشطة الحياة توازنًا بين السّعي في الأرض للحصول على الرّزق وبين أداء العبادات، فلا يطغى طلب الرّزق على العبادات والعكس، توازنًا بين الكسب والإنفاق حتّى لا يختل الوفاء بمتطلّبات الحياة الأساسية، توازنًا بين متطلّبات البيت ومتطلّبات ممارسة الدّعوة حتّى لا ينمو جانب على حساب آخر، وهكذا.

٧ـ الالتزام بالحلال الطّيب عند الكسب والإنفاق.

٨ـ كثرة الرّزق لا تدلّ على محبّة الله: لقد بلغت رحمة الله سبحانه وتعالى بالناس أنّه يرزقهم جميعًا، بغضّ النّظر عن إيمانهم أو كفرهم به. فلقد رزقَ الله عز وجل «قارون» بمالٍ ناء الرّجال عن حمل مفاتيح خزائنه، ووهب «فرعون» و»هامان» ملكًا كبيرًا، وكانوا جميعًا من الكافرين الفاسدين المفسدين، ومن جهة أخرى منح

«سليمان» سبحانه وتعالى ملكًا لن يتكرّر مثله أبدًا، ووهب «ذي القرنين» سلطانًا وقوّةً، وكلاهما من المقرّبين الصّالحين. ما أهونَ الدّنيا عند الله، أُعطِيَت بسخاء، للبرّ والفاجر، والمؤمن والكافر.

يبنى البرنامجُ الاقتصاديّ على دعامتين: الأولى رافدٌ يمدّه وهو التكسّب، أو ما يسمّى بالإيرادات، والثانية ميزابٌ يستنزفه وهو الإنفاق أو المصروفات، كالتالي:

أوّلًا: التكسّب (الإيرادات):

> **على الرّجل ـ بالذات ـ أنْ يدأب ليحصل على قوتِه وقوتِ أسرته بالحلال. ويُحمَد للمرأة أنْ كان عندها فضلُ مال من إرث أو عمل مهني معاونة زوجها في حالِ ضعف موارده أو كثرة متطلّبات أسرته حتّى تحقّق للأسرة السّعة وبحبوحة العيش. ويزداد ندبُ المرأة للإنفاق في حالة عجز الزّوج عن التكسّب، وهي بذلك تحقّق فضيلتيْن؛ فضيلة صلة القربى إلى جانب فضيلة البذل في سبيل الله.**

كثيرًا ما ينسى الرّجل أنّه ـ في أحيان عديدة ـ تنتقص من قوامته حينما يعجز عن تغطية أساسيات مصاريف بيته، فالقوامة عادةً ما تكون مرهونة بقدرة الرّجل على الإنفاق على البيت (الرّجال



قوّامون على النّساء بما فضّل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا) (النساء، ٣٤)، كما لا يعلم الرّجل أنّ زوجته من المُمكن أنْ تستعلي عليه ـ في بعض الأحيان ـ لأنّها تنفق مثله على بيتها، وهذا ما نراه في واقع عدد من الأسر.

كما يجب أنْ تحذر المرأة من أنْ تَمنَّ على زوجها لأنّها تشارك في الإنفاق على أسرتها، أو أنْ تستغل مالَها في فرض أمور معيّنة عليه، فذلك إساءةٌ بليغة له كرجل قد لا ينساها بسهولة، ممّا يجعله يكدر حياتها (راجع الكتاب الأوّل من هذه السلسلة).

ثانيًا: الإنفاق (المصروفات):

من آداب الإنفاق:

- إنفاق على قدْر السّعة: إنفاقٌ لا تبذير فيه ولا تقتير. كما قال لنا ربّنا في كتابه الكريم (ولا تجعل يدك مغلولة إلى عنقك ولا تبسطها كلّ البسط فتقعد ملومًا محسورًا) (الإسراء، ٢٩).

إنفاقٌ بغير تبذير، إنفاقٌ بغير تقتير

إنفاقٌ بغير تبذير: لا ينبغي لمال يُتَكسّب بعناءٍ وصعوبة أنْ يُنفق بتبذير وسهولة. ولقد نهانا الله عز وجل عن التّبذير في قوله (وآتِ ذا القربى حقّه والمسكين وابن السبيل ولا تبذر

تبذيرًا. إنّ المبذرين كانوا إخوان الشّياطين وكان الشّيطان لربه كفورًا) (الاسراء، ٢٦ ـ ٢٧). قال صلى الله عليه وسلم في الحديث الصّحيح الذي رواه البخاري: [إنّ الله كره لكم ثلاثًا، قيل وقال وإضاعة المال وكثرة السّؤال].

إنّ الذي يدبّر شئون الإنفاق بالبيت أساسًا هي المرأة، لأنّها ـ في الغالب ـ هي التي أوتيت القدرة على التّدبير والإنفاق بحساب. إنّ زوجَ المرأة المبذّرة يشعر أنّها لا تُلقي بالًا بمقدار المشقّة التي يلقاها من أجل التكسّب وجلب المال للبيت، الأمرُ الذي يوغر صدرَه فيأتي بأفعال تبدو قاسيّة وخاليّة من المشاعر والحنان والكرم.

ولا يتنافى الإنفاقُ بغير تبذير مع فضيلة الكرم والجود والسّخاء أبدًا؛ لأنّ هذه الفضيلة لا تقتصر على تقديم الطّعام للضيوف وفقط بل هي أشمل من ذلك وأعمّ.

إنفاقٌ بغير تقتير: عجبتُ للبخيل يعيش في فقرٍ منه هرب، ويفرّ من غنى إليه طلب، يعيش معيشة الفقراء ويحاسب حسابَ الأغنياء، إنّها عبارة أُثِرَت عن عليّ بن أبي طالب **رضي الله عنه** أوجزت عيوبًا بالبخيل، وحوت أمريِ الدّنيا والآخرة، وكما صدق الشّاعر حين قال:

وذي حِرصٍ تراه يَلُمّ وفرًا لِوارثه ويَدفعُ عن حِماهُ

ككلب الصّيد يمسك وهو طاوٍ فَرِيسته لِيأكلها سواه (جائع)

قد لا تنكبُ المرأة في صفةٍ من صفات زوجها قدرَ نكبتها حينما يبخل عليها في الإنفاق المادي والعاطفي. وإذا بخلَ الرّجلُ على زوجته ولم يتكفّل بقضاء أساسيّات حياتها وحياة أبنائها وماله موجود بين يديها؛ فلتأخذ منه بالمعروف، كما أوصى بذلك النّبي صلى الله عليه وسلم زوجة «أبي سفيان» عندما اشتكت بخلَه عليها فقال لها: [خذي من ماله بالمعروف ما يكفيك ويكفي بنيك].

إنّ خيرَ مال ينفقه الرجل هو الذي يضعه لزوجته وأبنائه، كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم في الحديث الذي رواه مسلم: [دينارٌ أنفقته في سبيل الله ودينارٌ أنفقته في رقبة ودينارٌ تصدّقت به على مسكين ودينارٌ أنفقته على أهلك؛ أعظمها أجرًا الذي أنفقته على أهلك].

- إنفاقٌ بتخطيط، فمَن لم يخطّط لنجاحه فقد خطّط لفشله.
- تحديدُ أولويّات الإنفاق: ينبغي أنْ يغطّي الإنفاق مقاصدَ الشّرع الخمس من حفظ الدّين والنّفس والعقل والعرض والمال طبقًا للتّوالي التالي:

أ) النّفقات الضروريّة: الضّرورات هي الأمور التي لا تستقيم

الحياة بدونها، مثل الضروري من المأكل والمشرب والمسكن والصّحة والأمن والعلم والزّواج والثقافة والعبادات والقيام بالدّعوة إلى الله. وتختلف هذه الضّرورات من بيئة إلى أخرى ومن عصر إلى آخر، فما هو كمالي في بيئة قد يكون أساسيًّا في بيئة أخرى، وما كان كماليًّا بالماضي أمسى ضروريًّا بالحاضر.

ب) النّفقات الفرضيّة: مثل النّفقة على الوالدين ونفقات الجهاد، إلخ.

ج) النّفقات التطوعيّة: مثل الإنفاق على الأقربين من الصّدقات التطوعيّة والقروض الحسنة، إلخ.

د) النّفقات الكماليّة: وهي التي تجعل حياة الإنسان رغدة مرفهة، ومن أمثلتها نفقات تجميل المنزل ونفقات المجاملات والحفلات المباحة، إلخ.

- تحديد بنود الإنفاق السنويّة (كمصاريف المدارس والتعليم) والشّهريّة (كمصاريف جيب الأبناء والمواصلات) والأسبوعيّة (كمصاريف شراء بعض المواد الغذائية) والاحتياطيّة (كمصاريف طوارئ).

- تنظيم ميزانيّة البيت اعتمادًا على الموارد المتاحة لا المرتقبة، والمنظورة لا المتوقّعة، مع حسن الظنّ بالله وشدّة التوكّل عليه.

- التّسوق: يفضّل عند التسوّق الأخذ في الاعتبار الأمور التالية:

١) كتابة قائمة بالاحتياجات قبل الذّهاب إلى التسوّق، ومحاولة عدم الخروج عنها، وإن كان في هذا الأمر الكثيرُ من الصّعوبات بالنسبة لطبيعة النّساء على وجه الخصوص.

٢) الذّهاب المتكرّر إلى السّوق يزيد من معدّل الشراء، ولذلك كان من الأفضل تحديد يوم واحد أسبوعيًّا للتسوّق.

٣) معرفة مواسم الأوكازيونات والتّخفيضات ومحاولة الاستفادة منها.

٤) الحرص على التّعامل مع المحلّات التي تبيع سلعها بسعر الجملة لما قد توفّره من أموال.

٥) ليس كلّ ما نشتهيه نشتريه، قاعدةٌ وضعها «عمر بن الخطاب» رضي الله عنه عندما قال زاجرًا ناصحًا أحد الصّحابة: [أوَ كلّما اشتهيت اشتريت]. إنّ النمط الاستهلاكي الذي شاع وساد في هذا العصر جعل النّاس يلهثون وراء الجديدِ رغم صلاحية القديم، ويسعون إلى الشراء عند الاشتهاء، فاكتظّت البيوت بالكماليات، ممّا أضفى على الحياة طعمًا أليمًا في ثوبٍ قشيب. واندفع النّاس تحت تأثير هذا النّمط الاستهلاكي لكي يتكسبوا ليس من أجل الحياة بل من أجل الوصول إلى مستوى معيّن منها يضني كثيرًا إدراكه. وإنّه في ظلّ هذا النّمط تخبو روح العبادات وتتباعد الصّلات وتتباغض القرابات ويتقلّص فعل الخيرات والقربات، فباع النّاس الثمينَ بالرخيص، واستعملت الدّنيا البشر بدلًا من أنْ يستعملها البشر.



- إنفاقٌ لا ينفي استثمار: قد يحدث فائضٌ نقدي نتيجة زيادة الإيرادات عن المصروفات، فيجب العمل على استثماره بالوسائل التي ترضي الله.

- إنفاقٌ لا يُحرَمُ من ادّخار: إنْ لم يمتلك الفرد قدراتٍ على استثمار أمواله الفائضة ـ وهذا قائم عند كثير من النّاس ـ فيجبُ ادّخار هذا الفائض بطريقة لا يلوّثها خبث الرّبا ولا ينالها غبار الحرام.

- تغطية العجز: قد يحدث أنْ تزيد النفقات على الإيرادات بسبب نقص مفاجئ للإيرادات أو إنفاق طارئ لعلاج مفاجئ أو توقيع غرامة غير محسوبة أو ما شابه. ولا ينبغي أنْ ينشأ العجز نتيجة إنفاق على كماليّات أو تحسينيات يفوق ما يتمّ تحصيله من إيرادات. وتتمّ تغطيّة هذا العجز من المدخرات أو عن طريق قرض حسن من أفراد أو بنوك إسلاميّة غير ربويّة أو شركات تكافل اجتماعي أو عن طريق كفالة الموسرين للفقراء.

إنّ انضباط البرنامج الاقتصادي دعامةٌ حقيقة لاستقرار حقيقيّ للبيت السعيد المنشود.

٣ – برنامج العلاقة الجنسية

هذا البرنامج الخاصّ جدًّا، والحميمي جدًّا يتمّ بين الزّوجيْن فقط، عبر علاقة فريدةٍ من نوعها ثريّة في مضمونها، خطيرة في أثرها، بها أخذٌ وعطاء، يفيض منها إشباع وارتواء، وينجم عنها

إكثار وإنماء. لا بدّ وأنْ يأخذ هذا البرنامج حجمَه كفنّ في الممارسة، وكواجب جدير بالكتمان، ووسيلة عجيبة لتبادل الاحترام.

ولأنّ العلاقة الجنسيّة هي علاقة بين الزّوجيْن الرجل والمرأة المختلفين المتكاملين، تشتعل فيها المشاعر المتداخلة وتؤدّى أثناءها حركاتٌ ولمسات وكلمات وقُبلات واستثارات تلهب الطرفين بطرق مختلفة متكاملة، وتستخدم فيها أعضاءُ مختلفة متكاملة، وتنتهي نهاية مختلفة متكاملة، نهاية مختلفة لأنّه قد فَرَّغَ وإنّها قد امتلأت بكلّ ما في كلمتي التفريغ والامتلاء من معانٍ، نهاية مختلفة لأنّه ضخّ منيّه وهي امتصت هذا المنيّ، ونهاية متكاملة لأنّ كليهما قد ارتوى على الوجه الذي يرضيه، وأروى على الوجه الذي يريح شريكه.

ولأهميّة العلاقة الجنسيّة ولاختلاف طرفيها كان من الضّروري أنْ يلمّ الزّوجان قبل زفافهما إلمامًا جيدًا بثقافة جنسيّة تضيء لهما الطّريق، ليفهم كلّ طرف طبيعة الجنس الآخر المختلفة عنه وما يرغب فيه هذا الطّرف الآخر، ويعرف كلّ فرد الشّكل الظّاهري والتّركيب التشريحي للجهاز التّناسلي لكلا الجنسين وكيفيّة عمله وطرائق استثارته ليتعامل معه على أفضل وجه. إنّها بحقّ ثقافة مطلوبة إذا ما أخذت بحقّها في إطار من العلم والدّين دون إسفافٍ أو تخلٍّ عن النظافة اللائقة بعلم يقدّم للإنسان لفائدة الإنسان، خاصّة في هذا الزّمان الذي كثرت

به المستنقعات التي علّمت الإنسان الخوض في أوحال الجنس بأساليب تتعفّف الحيوانات عن فعلها (للمزيد راجع الكتاب الأوّل من هذه السلسلة).

قد يكون أحد الزّوجيْن أكثر طلبًا للممارسة الجنسيّة من شريكه، وهذا أمرٌ شائع الحدوث لاختلاف طبيعة البشر وطبيعة الجنسين. والرّجل ـ غالبًا وليس دائمًا ـ هو الأشدّ شوقًا إلى زوجته من ناحيّة الجنس وأقلّ صدًّا عنها.

وهنا يجب أنْ يبذل أقلّ الشّريكين رغبة في الجنس جهدًا من أجل زيادة رغبته الجنسيّة وتطويرها لتتوافق مع الاحتياجات الملحّة لشريك الحياة. وقد يكون من الظلم أنْ نطالب أكثر الشريكين رغبة في الجنس ببذل جهدٍ واضح من أجل تحجيم رغبته الجنسيّة وكبح جماحها لتتّسق مع الرغبة الباهتة لشريك حياته. وممّا قد يعين أقلّ الشّريكين رغبة في الجنس على تطوير رغبته الجنسيّة وزيادتها؛ هو القيام بتمرينات خاصّة للأعضاء التناسليّة ليزيد من قدراتها، وعمل تدريباتٍ ذهنيّة لزيادة التّركيز، أو باستخدام بعض العقاقير، على أنْ يتمّ ذلك كلّه تحت إشراف متخصّصين.

إنّ ممارسة الجنس عادة، شأنها شأن أيّ عادة، كلّما مورست ازدادت الرغبة فيها وبالتالي ازداد عدد مرّات ممارستها.

وأنّه من الطبيعي أنْ يتغيّر مستوى الرغبة الجنسيّة لدى الزّوجيْن في فترة ما بعد الزواج مباشرة عنها في فترات الحمل وبعد الإنجاب. كما يتبدّل الحال عندما تكون هناك مشاكل عاصفة أو عند تضاعف ضغوط العمل وحين المرض، فمِن المستحيل أنْ تتوافق احتياجات الزّوجيْن الجنسيّة طوال الوقت، كما أنّه من الطّبيعي أيضًا أنْ تكون الممارسة جيدة في أوقات وغير موفقة في أخرى.

ومِن طبيعة اللقاء الجنسي أنْ يبدأ دون ترتيبٍ سابق، خاصّة إنْ كان الزوجان في مقتبل حياتهما الزّوجية؛ لأنّ اشتهاء الجماع ـ خاصّة عند الرجل ـ يحدث في أيّ وقت دون طرق على باب أو عمل سابق حساب، ولكن كلّما كبر الزوجان في العمر احتاجا أكثر للتهيئة النفسيّة قبل اللقاء وذلك بالتخطيط للقيام به وتحديد مُسْبق لوقته وتهيئة أعمق للمناخ المناسب لمزاولته.

والإسلام يراعي قوّة الشهوة عند الإنسان، رجلًا كان أو امرأة، ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم لمَن كان يصوم النّهار ويقوم الليل من أصحابه مثل «عبد الله بن عمرو» رضي الله عنه [... إنّ لبدنك عليك حقًّا، وإنّ لأهلك عليك حقًّا ...]. وعن «عائشة» ـ رضي الله عنها ـ قالت: دخلت عليَّ «خويلدة بنت حكيم» وكانت

عند «عثمان بن مظعون» (أي كانت زوجته)، فرأى رسولُ الله صلى الله عليه وسلم بذاذة هيئتها (أي سوء حالها ورثاثة هيئتها)، فقال لي: يا «عائشة» ما أبذّ هيئة «خويلدة»؟ فقلت: يا رسول الله امرأة لها زوجٌ يصوم النهار ويقوم الليل، فهي بلا زوج (أي كأنّها بلا زوج)، فتركت نفسَها وأضاعتها. وفي هذا روى الطّبراني أنّ رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: [يا «عثمان» أما لك فيَّ أسوة؟ قال: وما ذاك يا رسولَ الله فداك أبي وأمّي؟ فقال: أمّا أنت فتقوم الليل وتصوم النهار وإن لأهلك عليك حقًّا وإنّ لجسدك عليك حقًّا، فصلّ ونَمْ وصمْ وأفطر]. فأتتهم المرأة بعد ذلك عطرة كأنها عروس، فقلنَ (أي نساء النبي صلى الله عليه وسلم): مه (للتعجّب) فقالت: أصابنا ما أصاب الناس.

وعى تلامذةُ رسول الله صلى الله عليه وسلم من الصحابة هذا الدرس، فعندما أتت امرأة إلى «عمر بن الخطاب» رضي الله عنه وقالت: يا أمير المؤمنين، إنّ زوجي يصوم النّهار ويقوم الليل، وأنا أكره أنْ أشكوه وهو يعمل بطاعة الله عزّ وجلّ، فقال لها «عمر»: نعم الزّوج زوجك، فجعلت تكرّر هذا القول ويكرّر عليها الجواب، فقال «كعب الأسدي» رضي الله عنه: يا أمير المؤمنين، هذه المرأة تشكو زوجها في مباعدته إيّاها عن فراشه، فقال «عمر» رضي الله عنه: كما فهمت كلامها فاقضِ بينهما. قال «كعب» رضي

الله عنه: عليَّ بزوجها. فأُتِيَ به، فقال له: إنّ امرأتك هذه تشكوك.
قال: أفي طعام أو شراب؟ قال: لا. فقالت المرأة:

يا أيّها القاضي الحكيم رشده ألهى خليلي عن فراشي مسجده

زهده في مضجعي تعبده فاقض القضا كعب ولا تردده

نهاره وليله ما يرقده فلست في أمر النساء أحمده

فقال زوجها:

زهدني في النساء وفي الحجل أني امرؤ أذهلني ما نزل

في سورة النّحل وفي السبع الطول وفي كتاب الله تخويف جلل

فقال «كعب» رضي الله عنه:

إنّ لها عليك حقًّا يا رجل نصيبها في أربع لمن عقل

فأعطها ذاك، ودع عنك العلل

ثمّ قال: إنّ الله سبحانه وتعالى قد أحلّ لك من النساء مثنى وثلاث ورباع، فلك ثلاثة أيّام ولياليهنّ تعبد فيهنّ ربك. فقال «عمر» رضي الله عنه: والله ما أدري من أيّ أمريك أعجب؟ أمِن فهمك أمرَها، أمْ مِن حكمك بينهما؟ اذهب فقد وليّتك قضاء البصرة.

ولقد روي عن «عمر بن الخطاب» رضي الله عنه أيضًا أنّه كان يسير ليلًا بين رعاياه ليتلمس حالهم، فمرّ ببيت وسمع امرأة بداخله تقول:

تطاول هذا الليل واسودّ جانبه وطال علي أنْ لا خليل ألاعبه

والله لــولا خشية الله وحــده لحرّك من هذا السرير جوانبه

ولــكــنّ ربي والحــيــاء يكفنني وأكــرم بعلي أنْ توطأ مراكبه

فسأل «عمر» رضي الله عنه عنها، فقيل له: هذه فلانة، زوجُها غائب في سبيل الله، فأرسل إليها لتكون معه، وبعث إلى زوجها فأقفله (أرجعه)، ثمّ دخل على «حفصة» ـ رضي الله عنها ـ فقال: يا بنية، كم تصبرُ المرأة على زوجها؟ فقالت: سبحان الله، مثلُك يسأل مثلي عن هذا؟ فقال: لوْلا أنّي أريد النظر للمسلمين ما سألتك. فقالت «حفصة» ـ رضي الله عنها ـ: خمسة أشهر، ستّة أشهر. فوقّت «عمر» رضي الله عنه للناس في مغازيهم ستة أشهر، يسيرون شهرًا، ويقيمون أربعة أشهر، ويسيرون راجعين شهرًا.

وكذلك لا يحلّ لامرأة أنْ تتخلّف عن زوجها إذا دعاها لفراشه بغير عذرٍ معتبر من مرض أو إرهاق شديد أو مانع شرعي أو غير ذلك، فتبيت وهو عليها ساخط فتلعنها الملائكة حتّى تصبح، ففي الحديث الصّحيح قال رسول الله صلى الله عليه وسلم [إذا دعا رجلٌ امرأته إلى فراشه فأبت أنْ تجيء فبات غضبانًا عليها لعنتها الملائكة حتّى تصبح].

إنّ الهجر الجنسي المتكرر والمديد يقتلُ في المرأة أنوثتها إذا ما اتّخذه زوجها سبيلًا بغير وجه حقّ، ويبخّر رجولة الرجل إذا ما تعمّدته زوجته،

كما إنّه يميت العاطفة ويشتّت الذهن ويثير الغضب ويجلب الضّجر والضيق والتوتّر، وقد يوقع الإنسان في الزّلل. إنّ الهجر الجنسي الذي قد يوقعه الرجل على زوجته تأديبًا؛ له حدودُه، فلا هجر إلّا في المضجع، ولا يمتدّ هذا الهجر بعد بلوغ الأثر التّأديبي المطلوب، فإن تخطّى هذه الحدود ظلم لا يرضي الله سبحانه وتعالى.

تحت نيْر الضّغوط الكثيفة للإعلام المنحلّ وشيوع مطالعة المواقع الإباحيّة بالشبكة العنكبوتيّة (الإنترنت) أصبح متاحًا أمام النّاظرين والسّامعين من رجال ونساء رؤية وسماع وسائل وأساليب وطرق للممارسة الجنسيّة لا تعدّ ولا تحصى، ممّا قد يثير في النفس تجربتها مع شريك الحياة، فالنفس تهفو لتجربة ما تسمع وما ترى. إنّ الضوابط الشرعيّة للممارسة الجنسيّة بين الزّوجيْن تنهي عن إتيان الزوجة في وقت حيضِها ونفاسها، كما تنهي عن إتيانها من دُبُرها، أمّا غير ذلك من الممارسات مثل الممارسة المتبادلة للعادة السّريّة أو ممارسة ما يُعرف بالجنس الفموي وغيره فلا بأس به شريطةَ ترحيب كلّ من الشريكين بهذا النّوع من الممارسة، وألّا يكون هناك طرف مستفيد وآخر مضارّ باستمرار، تحقيقًا للعفاف الكامل والاستغناء بالحلال عن الحرام. فرابطة الزوجيّة وما بها من واجبات وحقوق تلزم كلًا من الزّوجيْن التفنن في إراحة الآخر وإرواء الآخر وإشباع الآخر.

وممّا ينبغي مراعاتُه عند بدء آليّات الجماع ملاعبة الرجل لزوجته ومسّ جسدها، وخاصّة الأجزاء الأكثر حساسيّة والأسهل استثارة وتقبيلها ومصّ لسانها. وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يلاعب أهله ويقبّلها. ويذكر عن جابر بن عبد الله رضي الله عنه أنّه قال: [نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن المواقعة قبل المداعبة]. كما روى أبو داود أنّ النبي صلى الله عليه وسلم كان يقبّل «عائشة» ـ رضي الله عنها ـ ويمصّ لسانها.

التّجديد:

إنّ التجديد في الممارسة مِن نظرات لها معنى إلى حركاتٍ ذات مغزى، ومن تمنّع يسير إلى دلال وفير، ومن ملابس مثيرة وعطور أخّاذة إلى تبديل في أماكن اللقاء وتغيير في أوضاع الجماع؛ أمرٌ هامّ يضخّ الهواء في رئة هذا اللقاء، ويبعث فيه روحًا جديدة للحظات فريدة تصبح زادًا لما بعدها من أوقات.

أخطاء:

قد يحدث أنْ يسرع الرجل بقذف منيّه ويخطئ بنزع قضيبه قبل أنْ تصل المرأة إلى ذروة لذتها الجنسية، ممّا يولّد لديها كمًّا من المشاعر السلبيّة من ضيق وحزن وألم وحنق وغضب وعصبيّة والتي سيعقبها ـ ولا شكّ ـ سلوكيات قاسية تؤذي زوجها. فلا

بدّ للرّجل من أنْ يحترز من ذلك، فلا نزع قبل قضاء المرأة لحاجتها الجنسيّة ووصولها إلى ذروتها المنشودة.

يـؤدّي عدم الاهتمام بالعلاقة الجنسيّة أو إتيانها بطريقة غير مُرضيّة مشبعة إلى تكدير صفو الحياة الزوجيّة وإصابتها بالاضطراب والتعاسة، وقد يفضي تراكم أخطائها في آخر الأمر إلى تدمير الحياة الزوجيّة والإتيان عليها من القواعد.

إنّ اشتعال المشاكل والتوترات والمصادمات المتتالية في الحياة الزوجيّة ستؤدّي ـ في الغالب ـ إلى تهميش العلاقة الجنسية. كما أنّ المشاكل والتوتّرات والمصادمات الكثيرة عددها الباهتة أسبابها والتي تكون على أيّ شيء ومن أيّ شيء ولأجل أيّ شيء؛ إنّما تولّدت ـ في الغالب ـ نتيجة تهميش هذه العلاقة أو سوء أدائها أو عدم إشباعها للطّرف الذي يثير هذا النّوع من المشاكل والتوترات والمصادمات.

المشاكلُ والتّوترات والمصادمات تؤدّي إلى
تهميش العلاقة الجنسية
كما أنّ
تهميشَ العلاقة الجنسيّة يؤدّي إلى المشاكل
والتّوترات والمصادمات



هناك قلّة قليلة من النّساء مصاباتٌ ببرودٍ جنسي يبدو في إعراضهنّ المستمرّ عن الجماع، وضعف استجاباتهنّ للمداعبات وقلّة تجاوبهنّ وتفاعلهنّ مع أزواجهنّ وضعف تركيزهنّ، ممّا يجعل هذا البرنامج الحيويّ برنامجًا روتينيًّا مملًّا فارغًا في شكله غير مشْبِع في مضمونه. وربّما ـ في أحيان عديدة ـ أنّ ما يبدو على المرأة من برودٍ جنسي إنّما هو نتاج سوءِ أداء زوجها أثناء الجماع. إنّ أسباب هذا البرود كثيرة منها النّفسي ومنها العضوي، فلا بدّ حينئذ من العرض على مختصّين لمعرفة الأسباب ومعالجتها.

ولتحسين أداء العلاقة الجنسيّة وتطويرها يجب أنْ يكون هناك حوارٌ مباشر واضح صريح لا مداراة فيه ولا توريّة بين الزّوجيْن حول هذه العلاقة الجنسية، حتّى يعلم الرجل ما تريده منه زوجته، وتعرف المرأة ما يرغبُه زوجها منها بغرض أداءِ لقاءٍ جنسيّ على الوجه السّليم الرائع الذي يشبع الطرفين.

٤ – البرنامج الرّومانسي

إنّ الحبّ شعورٌ حسّاس شفّاف، قابل للتمزّق والإتلاف، فلا بدّ من تعهّده، وتقويته وتغذيته، ببرنامج رومانسي يبعث في الحياة طعم الحياة.

تتميّز المرأة دون الرّجل ـ في الغالب ـ بالدّفق في مشاعرها والوفرة في أحاسيسها، فالمشاعر والأحاسيس عندها لها وزنٌ ثقيل



ومساحة كبيرة في حياتها، كما العقل والمنطق عند الرّجل، ولذلك كان للرّومانسيّة دورٌ هامّ للغايّة في الاستقرار النّفسي للمرأة مع زوجها. وممّا جاء عن «عمر بن الخطاب» رضي الله عنه إنّه مع قوته وهيبته قال: [ينبغي أنْ يكون الرجل في أهله كالصّبي، فإذا ما التمسوا ما عنده وجدوا رجلًا].

إنّ للرومانسيّة أثرًا كبيرًا في إبقاء وإحياء أنوثة المرأة، والرّجل الذي لا يعمل على إحياء أنوثة زوجته بتدليلها ومدْحها والاهتمام بها ورعايتها واحترامها فسيطفئ فيها مباهج هذه الأنوثة، وسيكون هو الخاسر الأكبر، وبالمثل تمامًا تلك المرأة التي تهدر رجولةَ زوجها بمداومة عصيانه وتقريعه وتجاهله وعدم القيام على خدمته؛ فستكون هي الخاسرة الكبرى.

إنّ الانشغال المتفاقم للزّوجين بزحمة الحياة وكثرة الأعمال وسط ركامات المشاكل والمصاعب جعلهما يدوران في حلقةٍ مفرغة مفزعة، تستنفد الجهد وتفني العمر وتجفّف الحياة، فتضاءلت مساحة الرومانسيّة بين الزّوجيْن كثيرًا، رغم أنّها من المعينات على التّخفيف من قسوة المشكلات والتّلطيف من شدّة المصاعب والتّهدئة من رهق التوتّرات.

وللبرنامج الرّومانسي مفردات، سهلٌ تنفيذها إذا ما تمّ كسر حواجز القناعات والعادات البالية، وستكون النّتيجة ـ بمشيئة

الله ـ على أرجى ما تكون، شهدٌ مذاقها، مسكٌ رحيقها. ومن أهمّ مفردات هذا البرنامج التّالي:

١) الابتسامة: ما ألطفَ من رؤيّة الزّوج لوجه زوجته مشرقًا بابتسامة– وما أروع من رؤية المرأة لوجهِ زوجها تنيره الابتسامة!– وكم قضت البسمةُ على كآبة!– وكم جلبت من أمل وبشارة!!، ويكفي بالابتسامة قدرًا أنّها تعدل الصّدقة في الأجر، كقول النبي صلى الله عليه وسلم: [تبسّمك في وجه أخيك لك صدقة] (صحّحه الألباني).

ابتسامة تساوي صدقة فتجلب حسنة، والله يضاعف لمَن يشاء

يذكر «محمد حسين» في كتابه (العشرة الطيبة) قصّةً من الواقع، أحببت أنْ أسوقها هنا لدلالاتها القيمة، وهي كالتالي: زميلة فاضلة في العمل كانت قد تزوّجت ثلاث مرّات، طلّقت وهي صغيرة من الأوّل، ومات عنها الثّاني، وزوجها الثّالث رجل صالح تحبّه وتثني عليه، قالت: [عندما يدقّ جرس الباب في موعد عودة زوجي، وبدون تفكير ولا سابقِ ذكر، أجد صورةَ زوجي الثاني الذي توفّاه الله عند عودته وهو يبتسم تسبق إلى فؤادي وأسرعُ في لهفة ثمّ أتذكّر في الحال أنّه لم يعدْ زوجي بعد أنْ مات]. وبالطّبع كانت تسألني هل ذلك خطأ منها؟ وماذا تفعل؟ ومن جهتي نصحتها بأهمّ أمرين:

أوّلًا: ألّا تخبر بذلك زوجها تحت أيّ ظرف. ثانيًا: أنْ تتلطّف مع زوجها حتّى تعوّده أنْ يبتسم كلّما دخل عليها. فأقسمت لي أنّها تحبّ زوجها جدًّا، وأنّها لا تقصد ما يحدث لها، فعذرتُها، وقلت في نفسي: [مات مَن مات ولم تمتِ ابتسامتُه، وعاش مَن عاش ولم ترتسمْ له صورةٌ في قلب زوجته].

٢) القبلة: للقبلة تأثيرٌ نديّ قويّ في إذابة المشاعر وتهدئة النّفوس وتنقيّة الأجواء وتقريب القلوب. والقبلة ما بين عابرة وحارّة، وكلاهما له دورُه ومناسبته ووقته. وإنّي لأعجب ممّن حباه الله سبحانه وتعالى زوجة حلال ويبخل على نفسه وعليها بالقُبلة. لقد كان خيرُ خلق الله كلّهم «محمّد» رسول الله صلى الله عليه وسلم يقبّل نساءه حتّى وهو صائم، أليس لنا فيه أسوة؟!!

٣) التّدليك (المساج): إنّ التدليك للجسد يريحه بدنيًّا ونفسيًّا. وللتّدليك أصول يعرفها جيدًا المتخصّصون، وتزخر الشّبكة العنكبوتيّة بدروس لتعليم كيفية أداء التّدليك لأجزاء الجسد المتعبة، ولكنْ لا يهمّ اتباع هذه الأصول بين الزّوجين، يكفي القيام بالتّدليك، أيّ تدليك، لإضفاء روح الودّ والقرب وجلبًا للراحة والاسترخاء. ولأنّ حساسية جسد المرأة للمس تفوق بمراحل ذات الحساسيّة عند الرجل كان للتدليك أثرٌ خلّاب وساحر على المرأة بالذات.

٤) التّدليل: تبادل كلماتِ الثّناء الرّقيقة والعبارات العاطفيّة والألقاب الحسنة يجعل للحياة الزوجيّة طعمًا رائعًا ومذاقًا خاصًّا لا يتوافر في أيّ موضع آخر.

٥) همسُ الحبّ: من المهمّ جدًّا ـ خاصّة بالنسبة للمرأة ـ التعبيرُ المستمرّ عن الحبّ، ورحم الله أخت الخليفة العباسي «هارون الرّشيد»، التي أُثِرَ عنها قولها: [تحبّب فإنّ الحبّ داعيّة الحبّ]. صدقت، فالحبّ يأتي بالحبّ، والتّعبير عنه بالكلام هو الطريق الفاعل لإنعاشه إنْ فتر، وعلاجه إنْ مرض، وإحيائه إنْ ذبل، لأنّ كلام المحبّين فيه من المودّة والعذوبة والأشواق والاهتمام والحنان والدّفء ما يريح النفس ويسكن البال ويبعث على الاطمئنان والأمان.

٦) الهديّة: للهديّة وقْعٌ جميل خاصّة على المرأة، فهي بالنسبة لها تعبير مادي عن الحبّ الذي يكنّه لها مَن يهاديها. وحتّى تحدث الهديّة أثرَها المرجو على الزوجة يجب أنْ تتوافر بها الشروط التالية:

اـ خصوصيّتها للزّوجة فلا يشاركها أحد، فلا يصلح طقم شاي هديّة لها لأنّه لا يخصّها وحدها بل سيستعملها غيرها من أفراد الأسرة والضّيوف.

ب ـ ملاءمتها للنساء، فلا تنفعها هديّة رجالية.

ج ـ أنْ تكون متعاقبة متتالية بغضّ النظر عن قيمتها المادية.

دـ أنْ تقدّم بمناسبة أو بغير مناسبة، كما أنّ وقع مفاجأة تقديمها أخّاذ رائع.

٧) التّجديد والتنوع: تمضي الحياة بالزّوجين ما شاء الله لها أنْ تمضي أعوامًا تلو أخرى وعقدًا تلو عقد في رتابة قد تبعث على الملل، إلّا أنْ يحدث فيها تجديدٌ وتنوّع في الملبس والمأكل والمشرب وترتيب الأثاث وطرق المعاملة وغير ذلك. فالتّجديد والتنوّع يضفي على الحياة طعمها النابض بالحياة.

٨) المداعبة: إنّه فنّ ينبغي أنْ يتعلّمه الزّوجان ويبدعا فيه بما يجلب لهما المتعة والغبطة والسعادة ويحقّق لهما الإحصان والسّكن. ولا يقتصر مكانُ المداعبة على الفراش وفقط؛ بل قد يكون بالمطبخ أو بالصّالة، وقد تكون المداعبة بوسائل عدّة كالاغتسال معًا، فكم هو جميل أنْ يظلّ الزوجان معًا تحت الماء المُنْهمر من الدّش، وأجمل من ذلك أنْ يتسابقا على أخذ الصّابونة، وكم هو رائع أنْ تدلّك له ظهره بالليفة، وما أروع من أنْ يغسل لها شعرَها بزيت الحمّام، قد فعلها من قبل مَن هو أشدّ حياءً من العذراء في خدرها، النّبي صلى الله عليه وسلم، فقد كان يلاطف زوجته السيدة «عائشة» ـ رضي الله عنها ـ وهو يغتسل معها، كما قالت ـ رضي الله عنها ـ: [كنت أغتسلُ أنا ورسول الله من إناءٍ بيني وبينه واحد، فيبادرني حتّى أقول: دعْ لي دعْ لي، قالت: وهما جُنبان] (رواة مسلم).

٩) اللّمساتُ البسيطة المعبّرة: كمْ من لمساتٍ صغيرة بسيطة لا يكاد يبذل فيها جهد يُذْكر ولكنْ لها وقع على الإنسان رائعٌ ساحر.

من أمثلة هذه اللّمسات البسيطة وضعُ الغطاء على شريك الحياة وهو نائم، ووضع الطّعام في فمه، وتقديم مشروب مناسب، وتبادل النّظرات ولغة العيون التي تنمّ عن إكبار وإعجاب وحبّ، وإلقاء التّحيّة الحارّة، والتفوّه بعبارات الوداع الدّفيء والاستقبال الحارّ عند الدخول والخروج من المنزل وعبر الهاتف، وتذكّر المناسبات والأعياد التي تمثّل للطرف الآخر أهمية، وغير ذلك كثير.

١٠) خلوةٌ رومانسيّة: من الضّرورة أنْ تكون بين الزّوجيْن خلوةٌ رومانسيّة ولو لمدّة دقائق يوميًّا، ينقطعان معًا عن العالم الخارجي انقطاعًا تامًّا، لا مواعيد فيه مع الآخرين، ولا خروج فيه إلّا للصّلاة لربّ العالمين، ولا هاتف ولا اتّصالات ولا زيارات.
وتتمّ هذه الخلوة في توقيت محدّد خاصّ يجلسان معًا في مكان خاصّ، وليس بالضرورة أنْ يتحقق فيه انعزالٌ وابتعاد عن النّاس، فمن المُمكن أنْ يكون بشرفة المنزل أو في الصّالة أمام الأبناء، ويحتسيان معًا مشروبًا خاصًّا، ويتحدّثان حديثًا خاصًّا لا يتناول المشكلات أو الصّعوبات أو الأزمات؛ بل حديث عن الماضي السّعيد واسترجاع ذكرياته الجميلة كأوّل مطعم تناولا فيه وجبةً خارجيّة وأوّل مكانٍ ذهبا فيه بمفردهما.. إلخ، ويدور فيه ما يدورُ بين حبيبين يلتقيان كأروع عروسيْن، يخاطب الرّجل أنوثةَ زوجته لا عقلها، ويتودّد إليها بألطف العبارات ويصفها بأرقّ الكلمات، وكذا المرأة تستخدم

أنوثتَها ليرى منها زوجُها رقّتها وحنانها ودلالها واستسلامها. إنّها خلوة تمثّل هدنة وسط كدراتِ الدّنيا التي لا تنتهي، تُلتقط فيها الأنفاس وتنتعش بها النّفوس وتجدّد دفق الدّماء في الحياة الزوجية.

خلوةٌ رومانسيّة تتمّ في مكان خاصّ، وفي توقيت خاصّ، ويُتناول أثناءها مشروبٌ خاصّ، ويدور فيها كلام خاصّ

١١) نزهةٌ ثنائية: وفيها يخرج الزّوجان معًا دون أبنائهما إلى أماكن مفتوحة تبعث على البهجة والنّشاط وتدارُ أثناءها رقيق الحوارات، ويتبادل خلالها بديع الابتسامات، ويتناول أثناءها أطايب المشروبات، ثمّ العودة وقد تجدّدت الحياة بنسائم الرومانسية.

١٢) التماسّ الجسدي: إنّ الاعتياد على التماسّ الجسدي بين الزّوجيْن من تشابكٍ للأيدي والاحتواء بالذّراع والاحتضان وغير ذلك، عند الجلوس وأثناءَ السّير وعلى الفراش؛ ليشعر الرجلَ بجمال رجولته والمرأةَ بروعة أنوثتها، وليس بالضّرورة أنْ يعقب هذا النّوع من التماسّ معاشرة جنسية، فتلامس أجساد المحبّين يبعث على الشّعور بالرّاحة والأنس والسّعادة والأمان، ويظهر التقارب العاطفي والحنان. إنّ هذا النّوع من التماسّ نعمة كبيرة من نعم الزّواج التي غالبًا ما يتمّ تجاهلها والتغافل عنها رغم ضرورتها

وحيويّتها ووجوب استمرارها ما بقيت الحياةُ قائمة بين الزّوجين.

١٣) مراعاةُ الظّروف الخاصّة: كثيرٌ من النساء أثناء فترة الحمل أو الحيض أو النّفاس يعانين من توتّر نفسيّ تضطرب معه بعضُ من تصرفاتهنّ، ومِن هنا تحتاج المرأة أثناء هذه الفترات إلى المؤازرة والمساندة العاطفيّة المعنويّة من زوجها، وذلك بإشعارها بحاجتِه إليها وعدم استغنائه عنها. إنّ شعور الزّوجة أثناء فترة حيضِها بأنّها قريبة من قلب زوجها ولا تحسّ منه بالنّفور أو الازدراء؛ بل بالقرب والوفاء هو شعور يملؤها سعادةً وحبورًا، وإنّ الزّوج الفَطِن ليدأب على إرضاء زوجته والاقتراب منها أكثرَ أثناء حيضها حتّى لا يشعرها أنّه يريدها فقط عندما تكونُ مؤهّلة لاستقباله، ولكنّه يرغبها في جميع أحوالها لأنّها زوجته الحبيبة إلى قلبه، والتي تطيب بها نفسه.

إنّ الرجل المتعَب المكدود، والذي ينوء بأثقال المشاكل والمتاعب، وذهنه غير صاف، وتطارده الديون، الغارق في الهموم، المشغول بأمرٍ من الأمور؛ يعجز ـ في الغالب ـ عن منح زوجته الرّومانسيّة التي تريد، ولذلك كان من الأهميّة بمكان أنْ يأخذ الرّجل قسطه في الرّاحة النفسيّة والجسديّة قبل أنْ يصبح مستعدًّا لأن يفيضَ بالرومانسيّة على زوجته.

الرّومانسيّة تبعث في الحياة الزوجيّة الكثيرَ من الحيويّة

٥ – برنامج النظافة الشخصية

لأنّ النّظافة من الإيمان؛ كانت النظافة ـ بصفة عامّة ـ والشخصيّة ـ بصفة خاصّة ـ واجبًا تقع مسئوليته على كلّ فرد من أفراد الأسرة على حدَة، إلّا أنْ يكون طفلًا صغيرًا أو شخصًا معاقًا أو شيخًا هرمًا عاجزًا؛ فتقع مسئوليّة نظافته الشخصيّة على عاتق الكبار الأصحّاء.

إنّ النّظافة الشخصيّة لا تمسّ صاحبها فقط؛ ولكنْ يعمّ أثرها على جميع المحيطين، فلا يتصوّر مطلقًا أنْ يتقارب الزّوجان ويتلامسان جسديًّا ومِن أحدهما تنبعث رائحةٌ تثير اشمئزاز الطّرف الآخر، وتنفّره من مجالسته والقرب منه واحتضانه وتقْبيله وتجنّب مضاجعته، أو الاضطرار إليها على سبيل تلبيّة حاجة أو تأدية واجب. لقد كان النّبي صلى الله عليه وسلم يمشّط شعره ويتطيّب ويتسوّك ويغتسل. عندما شاهد رسول الله صلى الله عليه وسلم رجلًا أشعثَ الشّعر نهاه وأمره بتهذيب شعْره، ووصف الرّأس التي تكون على هذه الحالة وكأنّها رأس شيطان. وهذا «عبد الله بن عباس» رضي الله عنه الذي كان يتطيّب لزوجته كما كانت تتطيّب



له، مردّدًا الآيّة الكريمة (ولهنّ مثلُ الذي عليهنّ بالمعروف ....) (البقرة، ٢٢٨).

إنّ تنفيذ برنامج النّظافة الشخصيّة يجب أنْ يكون دائمًا وليس قاصرًا على أيّام معينة أو مناسبات خاصّة أو ظروف قاهرة أو مواقفَ عابرة، أو مرهونًا بالحالة المزاجية، إنّما هي ثقافة تمارَس وتترجم إلى واقع دوري روتيني.

وتشتمل مفرداتُ النّظافة الشّخصيّة للرجل والمرأة على الاستحمام الدّوري المنتظم، وحين الحاجة، والاستنجاء، واتّباع سنن الفطرة من حفّ الشّارب ونتف الإبط وحلق العانة وتقليم الأظافر، فسنن الفطرة كلّها ترنو إلى النّظافة الشخصية، فقد روى «أبو هريرة» رضي الله عنه عن النّبي صلى الله عليه وسلم أنّه قال: [الفطرة خمس: الختان والاستحداد، ونتف الإبط، وقصّ الشّارب، وتقليم الأظافر] (رواه البخاري)، والاهتمام بغسل اليدين قبل وبعد الأكل، وغسل الأسنان قبل وبعد تناول الطّعام، والتسوّك بالسّواك، والتطيّب، واستخدام المستحضرات الحديثة التي تجعل البشرة نضرةً نظيفة مثل مزيلات العرق ومزيلات الرّؤوس السّوداء، إلخ.

يعتبر العرقُ وما يبعثه من روائح نتيجة نموّ البكتريا وتكاثرها خاصّة في منطقة الإبط من الأمور التي تسبّب حرجًا وضيقًا

وإزعاجًا لكلّ من الفرد ولِمَن حوله مِن النّاس، وكذلك بالمثل روائحُ الفم الكريهة.

إنّ حلق شعر العانةِ ناهيك عن أنّه من سنن الفطرة؛ فهو أمرٌ ضروريّ لنظافة هذا المكان وسلامته من النّاحية الصحيّة، وأيضًا للقيام بجِماع ناجح، وازدياد الشّعور بالمتعة الجنسية، فوجودُ شعر العانة بالإضافة إلى أنّه قد يضفي شكلًا غيرَ مستحبّ فإنّه قد يكتنز روائحَ غير مقبولة تتسبّب عند انبعاثها نفورًا أثناء الجِماع.

ولأنّ الرجل ليس كالمرأة (... وليس الذّكر كالأنثى...) (آل عمران، ٣٦)، فقد تفرّد كلّ منهما بمفردات نظافة خاصّة به، كالتالي:

يكدّ الرجل ويتعب خارج بيته، ويحمل معه عند قدومه لبيته غبارَ الخارج وعرقَ الخارج وأدرانَ الخارج، فأوّل ما يجب عليه فعلُه بعد إلقائه السّلام على أهل بيته هو الاستحمام والتطيّب وتهذيب الشّعر وارتداء النّظيف من الثّياب، فكم تأذّت امرأة من زوجها بسبب هذا الغبار وذاك العرق وتلك الأدران.

أمّا المرأة فعليها استقبالُ زوجها حين عودته من عمله بما هي أهلُه من نظافة بدنٍ وثوبٍ، وجَمالِ مظهر، وعليها الاهتمام بالتزيّن والتطيّب، وتقليمٍ الأظافر، والاعتناء بالشّعر وتسريحاته الرائعة،

وإزالة شعر الجسم الزّائد بشكلٍ دوري وبانتظام، كما يجب الاهتمامُ بالنّظافة الشخصيّة في فترات المحيض وذلك عن طريق تغيير الملابس الدّاخليّة عدّة مرّات في اليوم الواحد، خاصّة قبل النوم وبعد الاستيقاظ منه وقبل الخروج، والتّشطيف الجيد، لتجنّب انبعاث روائح كريهة أو حدوث التهابات، وغسل الغيارات جيدًا وغليها لتطهيرها. وبعد انتهاء الحيض تغسل الأماكن الدّاخليّة جيدًا، ويتتبّع أثر الدّم بقطعة قطنٍ أو قماش ليّن بها من الطيب كالمسك للتخلّص من أيّة رائحة للدمٍ.

إنّ أساليب اللّوم والتّنبيه والتّوبيخ والتّصريح لشريك الحياة بضرورة الاهتمام بنظافته الشخصيّة قد يفوح منها إيلامٌ وتجريح، وقد يحول الخجل أو الحرص على مشاعر شريك الحياة دون تذكير هذا الشريك بالاهتمام بنظافته الشّخصية. فلا أجد مانعًا ألبتة من أنْ يقوم أحدُ الزّوجيْن- المتضرّر من سوء نظافة شريكه- بإجراء الاستحمام له، وكأنّ هذا الشريك مازال طفلًا يحتاج إلى مساعدة غيره لينفّذ هذا البرنامج، إنّ في ذلك إشارةً من المتضرّر للطّرف الآخر ليهتمّ بنظافته الشخصية، كما إنّ فيها تجديدًا وتدليلًا مستحبًّا، وسيؤدّي ذلك ـ إنّ شاء الله ـ إلى نتائج إيجابيّة بشأن النّظافة الشخصيّة، وبشأن أيضًا العلاقة العاطفيّة الرّومانسيّة بين الزّوجين.



٦ – برنامج الإنجاب

كتب الله سبحانه وتعالى ـ بحكمته ـ على المرأة أنْ تتحمّل مشاقّ الإنجاب من حمل ووضع، وما يعقبه من إرضاع ورعاية وتربية. ورغم كلّ ذلك لا يُعطيها هذا الحقّ في أنْ تنفرد وحدها باتّخاذ قرار ميعاد بدء نيّة الإنجاب أو تنظيم نسل أو الكفّ عن الإنجاب، فلزوجها رأيُه الذي ينبغي أنْ يوضَع محلّ اعتبار، رغم أنّه لا يتحمّل مثلما تتحمّل هي، وكذلك الحال بالنّسبة للزوج أيضًا فليس وحده الذي يقرّر، فبرنامج الإنجاب برنامج مشترك بين الزّوجيْن وليس لأحدهما أنْ يستاثر لنفسه باتّخاذ القرار فيه.

اقتصر النّاس في هذا الزّمان على إنجاب عددٍ قليل من الأبناء بدعوى عدم توافر الإمكانات الماديّة والقدرات النفسيّة ـ أو كليْهما معًا ـ لرعاية وتربية عددٍ كبير من الأبناء.

إنّ الإيمان العميق بأنّ الرّزق بيد الله عز وجل وحده (وما من دابّة في الأرض إلّا على الله رزقها) (هود، ٦)، وأنّه قد تمّت كتابة الرزق وحسمه من قبَل الله سبحانه وتعالى لكلّ إنسان وهو مازال جنينًا في بطن أمّه ليجعل دعوى ضعف الإمكانات الماديّة منهارة من الناحية الاعتقادية.

أمّا عدم توافر القدرات النفسيّة التي تخيّم على النّاس فمبعثها عدّة أسباب منها:

١) الطّرق المستمرّ على أسماع النّاس بوسائل الثّقافة والإعلام والتعليم لإنماء فكرة تقليص النّسل وربط ذلك زورًا وبهتانًا بقضيّة التنمية. لقد فشلت الحكومات المستبدّة في تنمية موارد شعوبها وساعدت على استشراء الفساد بها، فبرّرت عجزها وإضاعتها للأمانة بإلقاء المسئوليّة على كثرة تعداد شعوبها المقهورة المسلوبة، كما عانى النّاس تحت وطأة المشاكل اليوميّة من نفسيّة وماديّة في التّربية والتّعليم والإنفاق على المأكل والملبس والمسكن والصّحة، و...، و...؛ جعلتهم يستصعبون كثرة الإنجاب.

٢) إلقاء جلّ مسئوليات رعاية الأبناء على أحد الزّوجيْن ـ والتي غالبًا ما تكون الأمّ ـ ممّا يجعل عمليّة إكثار النّسل هي بمثابة إضافة أعباء فوق أعباء، ثمّ ينوء الحامل لها بهذا الثّقل فيُقصم ظهره. فإذا قرر الزّوجان إكثار النّسل فعليهما إعادة توزيع الأدوار والمهامّ ليتحمّل كلّ منهما نصيبًا من تبعات هذا القرار، فمِن الظّلم أنْ يتحمّل أحدهما تبعات القرار المشترك وحده.

٣) الهزيمة النفسيّة التي تمكّنت من النّاس بسبب قيام الآباء على كلّ شئون أبنائهم فردًا فردًا ومن الألف إلى الياء ـ كما هو شائع الآن ـ الأمرُ الذي أشعرهم بثقل تربيّة الأبناء وأتعبهم وأرهقهم وقوّض ظهورهم، وربّما أحبطهم. إنّ العيب هنا قد لا يكمن في كثرة النّسل بقدر ما يكمنُ في عجز هذا الصّنف من الآباء عن حسن استغلال

ما عنده من إمكانيّات بشريّة وافتقاده لمهارة تفويض غيره من أبنائه الكبار أو غيرهم ليقوموا ببعضٍ من أعماله مخفّفًا من أحماله من ناحيّة ومدرّبًا لأبنائه على تحمّلٍ بعض من المسئوليات من ناحية أخرى، فلا هو استراح ولا أحسن التصرّف، إنّها آفة هذا العصر التي أفسدت حياتنا الأسريّة والاجتماعيّة والصّحيّة والثقافيّة.

... كيف هذا؟

لنضرب المثال التّالي للتوضيح:

أسرةٌ من زوج وزوجة وأبناء أربعة، يمارس الأب دوره كرجل في السّعي للرزق أغلب أوقاته فيكاد لا يفيء لجلسةٍ تجمعه مع زوجته وأبنائه، وتؤدّي الزّوجة دورها كامرأة تنفق أغلب وقتها وجلّ جهدها في أعمال المنزل التي لا تنتهي وتدأب في خدمة أبنائها جميعًا، فهذا يريد أنْ يرتدي ملابسه، وهذه تريد أنْ تأكل، وآخر يريد أنْ ينام، كما أنّها تتابعهم في استذكار دروسهم واحدًا تلو الآخر أو جميعهم في نفس الوقت، فهذا يستذكر رياضيّات وهذه لغة إنجليزيّة وذاك علوم، وغير ذلك. لقد قامت الأمّ ـ أو حاولت القيام ـ بكلّ شيء لكلّ الأبناء، فتخطّفوها واستهلكوها واستنفدوها، فكلّ منهم يريدها لنفسه، كلّ منهم يريد أنْ يستأثر بها دون الآخرين وكأنّها مُلك خاصّ له، إنّ أمرأة بهذا الشكل ستترك رغمًا عنها أمورًا واجبة عليها كحسن رعايّة زوج وصلة

رحم، بالإضافة إلى أنّها قد تهمل نفسها وراحتها فتتآكل أنوثتها وتضعف وتنزوي صحّتها.

لقد أخطأت المرأة خطأً كبيرًا عندما اعتقدت أنّها تستطيع أنْ تفعل كلّ ذلك ـ خاصّة لو كانت امرأة عاملة ـ فهذا الأسلوب المركزيّ في الأداء له سلبيات كثيرة منها:

(١) أحلام وآمال الأسرة كبيرة وكثيرة بدرجة تفوق إمكانيات وقدرات وطاقات وعافيّة الأب وحده أو الأم وحدها، فإذا ما حاول أحدهما القيام بها وحده فسيئنّ تحت هذا الثقل، وقد لا يصل إلى هدفه وسيصاب بنوع من الإحباط، وهذا ما نراه الآن في واقع الناس.

(٢) بهذا ً الأداء جعلت الأمّ أبناءها يتخطّفونها متصارعين عليها متنافسين، الأمر الذي سيشعل الغيرة ويزكّي من روح العداوة والفرقة بينهم، ويجعلهم جزرًا متفرّقة متناحرة، وما نراه اليوم من صراعات بين الإخوة والأخوات هو أحد نتائج بعض من هذه الممارسات.

(٣) قد تصبر الأمّ متحمّلة العبء كلّه ـ أو أغلبه ـ وحدها فترة من زمان، ولكنّها فترة لن تطول، فستنهار الأمّ تحت وطأة هذا العبء مع مرور الوقت وتقادم العمر ووهن العظم الذي يواكبه كبر الصّغار وتضخم مشاكلهم ومتاعبهم ومسئولياتهم.

(٤) إضاعة فرص مساعدة الأبناء بعضهم لبعض في شيء من شئونهم ممّا حرم هؤلاء الأبناء من تعلّم البذل للآخر والمشاركة والشّعور بروح الجماعة والتّخفيف عن آبائهم بعضًا من مسئوليّاتهم.

... والحلّ ...

يجب أنْ نكلّف أنفسنا ـ كآباء ـ على قدر طاقاتنا النفسيّة والجسديّة وفي مقدور إمكانيّاتنا الماديّة وظروفنا الصحيّة والحياتيّة والعمريّة، فإذا كانت طموحاتنا أكبر من طاقاتنا وإمكانياتنا ولا تتوافق مع ظروفنا فيجب إعادة النّظر في هذه التكاليف التي ألزمنا أنفسنا بها، والعمل على إعادة ترتيبها طبقًا لأهميتها وتقليصها إذا لزم الأمر، حتّى لا نستهلك أعمارنا وأعصابنا في اللهث وراء نجوم في السّماء يستحيل الوصول إليها.

أمّا إذا كانت طاقاتنا النفسيّة والجسديّة لا تتحمّل ما نكلّف به أنفسنا ولكن لدينا الإمكانات الماديّة ما يسمح بتفويض مختصّين للقيام ببعض أو معظم هذه الأدوار نظير مقابل مادي فذاك أمر محمود ومطلوب، كما يحدث حين يعهد لمدرّب رياضة معيّنة القيام بتدريب أحد الأبناء عليها أو يكلّف سائق سيارة بتوصيل الأبناء إلى مدارسهم.

كما إنّه من الأهميّة تفويض الأبناء الكبار ليتحمّلوا جزءًا من رعايّة إخوتهم وأخواتهم الصّغار كأن يعهد للابن الأكبر استذكار أحد المناهج المدرسيّة لأخيه الأصغر، أو تكليف البنت الكبرى مساعدة أخيها الصغير في ارتداء ملابسه، فذلك ـ فضلًا عن تخفيف الأحمال عن الآباء ـ يسهم في تدريب الأبناء على أدوارهم المستقبليّة كآباء وأمهات، كما أنّ له أيضًا فائدة لا تضاهى حيث يتسبب هذا النوع من التعاملات في ازدياد ترابط الأبناء وتقليص فرص اندلاع المشاحنات بينهم إلى درجة غير متصورة، فالكبير يساهم في صناعة الصّغير أيًّا كان حجمُ هذه المساهمة، والإنسان ـ بطبيعته ـ يحبّ ويحافظ على ما يصنع، وأمسى الصغير يدين للكبير بالفضل، فأوجد ذلك أنواعًا من التّعاون والمشاركة والرّوابط والمودّة والتّعاطف والمحبّة لا تأتي إلّا عبر هذا الصّنف من التّعاملات.

٧ – برنامج النّصح والإرشاد

لا تخلو حياة إنسان في هذه الدّنيا من عيب ونقص وارتكاب أخطاء، وكما قيل كفى بالمرء نبلًا أنْ تعدّ معايبُه وأخطاؤه، وأي النّاس معصوم؟ وللكمال مَن يرقى.. سوى المصطفي صلى الله عليه وسلم، وأنه ليس هناك آدميّ يعرف كلّ شيء ويفهم في كلّ شيء، كما أنّ خبرات البشر من التنوّع والتباين ما يعجز عنه الحصر، ولذا يحتاج الإنسان دومًا إلى مَن ينصحه ويرشده ويعلّمه ويدلّه إلى ما فيه الخير،



فتتقلص الأخطاء وتتقارب القلوب والنّفوس، وهذا ما أوصانا به الحبيب صلى الله عليه وسلم في الحديث الذي رواه مسلم حين قال: [الدّين النّصيحة ثلاثًا، قلنا: لِمَن يا رسول الله، قال لله، ولكتابه، ولرسوله، ولأئمّة المسلمين وعامتهم].

لم لا تجدي النّصيحة بين الزّوجيْن ـ عادة ـ بل تثير الضّجر والضّيق في غالب الأحوال؟

إنّ المشكلة تكمن في:

إنّه يقدّم النّصيحة بأسلوبٍ خشن جافّ تكرهه المرأة..
وهي تقدّمها في صيغة أوامرَ وتوجيهات يرفضها الرّجل

إنّ هذا هو مربطُ الفرس، أسلوب تقديم النّصيحة هو الذي يجب مراجعته وتصويبه وليست كلمات النّصيحة ذاتها.

... كيف ذلك؟ ...

تمتعض المرأة وتتضرّر كثيرًا عندما يقدّم لها زوجها النّصح بصورة خشنة جافّة ليس بها مسحة من العواطف والرّقة والرّومانسيّة والعطف، وبالتّالي ستعرض المرأة ـ رغمًا عنها ـ عن جوهر النّصيحة الثمين بعدما شغلها مظهرها الخشن الجافّ.

إنّها لا تقوى بطبيعتها الأنثويّة على الإنصات والطّاعة في ظلّ خشونة النّصيحة وجفافها. ولذلك وجب على الرجل تقديم النّصيحة لزوجته في ثوب عاطفيّ رومانسي رقيق حتّى يعينها على الإنصات إليه وطاعته.

مثالٌ لسوء تقديم النّصيحة:

هو: ضعي هذه الكتب بالمكتبة، فهذا مكانها، بدلًا من وجودها هكذا مبعثرة في كلّ مكان.

مثالٌ لحسن تقديم النّصيحة:

هو: مش مُمكن واحدة في مثل جَمالك وحبّك للنّظام أنْ تتحمّل رؤيّة الكتب تبكي خارج المكتبة.

وبالمثل يختنق الرّجل بنصائح زوجته عندما توجّه إليه في صورة أوامر وتوجيهات أو لوم وانتقادات بإلحاح وإصرار وتكرار، وتقدّم له في توقيت لا يناسبه؛ ولذلك ينبغي على المرأة مراعاة تقديم النصيحة في صورة تساؤل مثلًا وفي توقيت يلائم زوجها الذي يكون ـ في الغالب ـ بعدما يأكل ويستريح، وألّا يصاحب تقديم النّصح إلحاح وتكرار.

مثالٌ لسوء تقديم النصيحة:

هي: لو ذهبت إلى أختك فاحذر أنْ تخبرها عن تفوّق ابننا في دراسته؛ فهي امرأة حسود حقود.

مثالٌ لحسن تقديم النّصيحة:

هي: هل أختك ستحقد على ابننا وتحسده إذا علمت بتفوّقه في دراسته؟

إنّها تهتمّ في الكلام بمظهره، وهو يهتمّ في الكلام بجوهره

إنّ النصيحة حين تقدّم أمام الآخرين من أبناء أو أقارب أو أصدقاء ستؤخذ بحساسيّة شديدة، قد تؤدّي إلى رفضها، وقد تسبّب انفعالاً غير محسوب النّتائج، وانتصارًا للرأي وتسفيهًا من الرّأي الآخر، وينتهي الأمرُ إلى تفاقم المشكلة؛ أمّا سريّة تقديم النّصيحة تؤدّي إلى النتائج المرجوة، فالسّريّة تجلب الفاعلية. وفي هذا الشّأن قال الإمام «الشافعي»: [مَن نصح أخاه سرًّا فقد نصحه، ومن نصحه علانيّة فقد فضحه].

٨ – برنامج المصالحة

الاختلاف سنّة كونيّة أودعها الله سبحانه وتعالى في جميع خلقه منذ خلقهم وحتّى قيام السّاعة، ولحكمة اقتضاها الله عز وجل كان



النّاس مختلفين، وقد قال الله سبحانه وتعالى في كتابه الكريم: (ولو شاء ربك لجعل النّاس أمّة واحدة ولا يزالون مختلفين) (هود، ١١٨)..

.. وكذلك الزّوجان أيضًا مختلفان،

والمشكلة لا تكمن في وجود اختلاف بينهما، ولكنّها في تحوّل هذا الاختلاف إلى خلاف، هذه هي القضية.

هذا البرنامج هامّ لعدم تحوّل الاختلاف إلى خلاف، هامّ لتصفية الحياة إنْ أصابها ما يكدر، وتنقية الأجواء إنْ شابها ما يعكّر، وهو يشتمل على فنون منها ما يلي:

١ـ الاتّفاق على المصارحة والمصالحة قبل الهجوع إلى النوم.. فالله وحده أعلمُ أسيبزغ الصّبح عليهما كما اعتادا، أمْ على أحدهما فتقع الطامة.

٢ـ الحرص عند الاختلاف على السريّة والكتمان، وألّا يَشعُرَ أحدٌ باختلاف الزّوجيْن قدر الإمكان ولا سيّما الأقربون. وفي الحالات المتعسّرة التي عجز الزّوجان عن حلّها عليهما أنْ يقصدا مختصًّا خبيرًا كتومًا صبورًا أمينًا ليصلح بينهما. إنّ تسرّب المشاكل من باب البيت يضخّمها ويخرجها عن نطاق السّيطرة، فالزّوجان ـ في العادة ـ يسلكان مسلكَ طفلين يتشاكسان ويتباكيان وسرعان ما يصطلحان.

عند الخلاف، الكريمُ يخفيه واللئيمُ يبديه



٣- التّركيز على سبب الخلاف الآني، وتجنّب قدر الإمكان اجترار الخلافات السّابقة حتّى لا تتفاقم المشكلة ويستفحل أمرها.

٤ـ الحذر من الإدبار والفرار: ما تزوّج الرّجل والمرأة إلّا بحثًا عن الأليف والرّفيق والشّريك، ولكن كثيرًا ما نرى الحالات التّالية:

هي مُقبلة عليه تريد منْه أنسًا وألفة، بينما هو غاضبٌ عليها بسبب شيء ما بدر منها، فأسمعها ما آلمها وجعلَ إقبالها عليه إعراضًا عنه، وأطفأ في نفسها طلبَها للأنس به والألفة معه.

... وبعد قليل...

أقبل هو عليها يريد منها مودّة وقربًا بينما هي أصبحت عليه غضبى، ومن ردّة فعله السّابقة أصابها الغمّ والهمّ، وتحدّثها نفسها الأمّارة بالسّوء قائلة لها: [هو وقت ما يحبّ يقرّب يقرّب ووقت ما يحبّ يبعد يبعد، هو أنا رهن إشارته!!؟] فأسمعتْه ما ضايقه وحوّل إقباله عليها إدبارًا عنها، وأخمد في نفسه ما كان يطلبه من ودّ.

... وهكذا تمضي الحياة تتناوب عليها فتراتُ التّباعد والتّنافر والخصام، وتتقلّص فيها فترات السّعادة والاندماج والوئام، وتبدأ غيوم الشّجار والفرقة تخيّم عليها رويدًا رويدًا حتّى تمسي الحياة جافّة كالحطب قاسيّة كالخشب.

... والحلّ...

حين إقبالها عليه يجب أنْ يقبل عليها أيضًا، ويتناسى ما قد



يكون قد بدرَ منها، ويستمتع بها ويمتعها بلحظات يتقرّب فيها إلى الله بزيادة أنسها به.

وحين إقباله عليها ينبغي أنْ تقبل هي عليه أيضًا بكلّ الودّ والحبّ، وتتناسى ما يكون قد فعله بها وتستمتع به وتمتعه بلحظاتٍ يشعر فيها أنّها أروع زوجة وأرقّ امرأة، فتزيد من الله قربًا ومن زوجها حبًّا.

... وهكذا تمضي الحياة لا نصيب للشّيطان فيها ولا حظّ.

٥- تهدئة النّفوس وتهيئة المناخ المناسب لاحتواء أو إخفاء الخلاف، وذلك بعمل التّالي:

أوّلًا: الكفّ عن إصدار أحكام مثل: مهمل ـ ثرثارة ـ غير مرتّب ـ غير نظيفة ـ فوضوي ـ لا تتجاوب، وغير ذلك.

ثانيًا: تخيّر الأساليب المناسبة الهادئة وطريقة العرض الرّقيقة التي تترقق بها النّفوس وتنشرح لها الصّدور، وفي نفس الوقت الابتعاد عن الانفعال والغضب والصّراخ والصّياح والتهديد والاتّهام وغير ذلك من شرارات إضرام النّيران فيحترق الحوار، وينهار.

ثالثًا: الكلام الطيّب المحفّز والمشجّع، مثل: في الإمكان تجاوز هذا الخلاف - كم تعلّمت منك - ما لنا إلّا بعض، وغير ذلك.

رابعًا: التّعامل مع الخلاف وليس الشّخصية، وتجنّب الإهانة أو التقليل من الشأن أو نعت الطّرف المخالف بصفات معيبة.

خامسًا: عدم المغالاة فى توقّع الأسوأ، مثل: إنْ كان يحدث الآن منكم ذلك، فماذا ستصنعون في المستقبل؟

٦ـ لن تتوقّف الخلافات في بيت من البيوت أبدًا.. نعم لن تتوقّف، وسيختلف الزّوجان.. نعم سيختلفان، وسيعلو صوتهما.. نعم سيعلو، وسيتبادلان الاتّهامات.. نعم سيتبادلان؛ ولكن كلّ هذه الخلافات المعكّرة لصفو الحياة من المُمكن أنْ تتبخّر وتتلاشى بالتغافر والتّسامح وسعة الصّدر وذكر الفضل، بل إنّ كلّ هذه المنغصّات قد تكون سببًا لمزيدٍ من الحبّ والتآلف والتآزر، فكثيرًا ما تزداد المحبّة بعد المحنة، والإقبال بعد الإدبار.

الأجازة الزّوجية، فوائدُ ومضار:

تضطرب الحياة الزّوجيّة في بعض فتراتها فينفصل الزوجان عن بعضهما انفصالًا مؤقّتًا، وتتوقّف الحياة الزّوجيّة المشتركة لأيّام أو أسابيع أو ربما أكثر، ثمّ يعود الطرفان إلى حياتهما المشتركة.

قد تكون مثل هذه الأجازة مفيدة وحلًّا ناجحًا لعدد من المشكلات الزّوجية، كما أنّها أسلوب وقائي يمنع تطوّر المشكلات أو يقلّل من فرص حدوثها. قد يشعر أحد الطرفين أو كلاهما ـ أثناء هذه الأجازة الزوجيّة ـ بمصيبةِ فقدان شريك الحياة وخطورة الانفصال عنه، وبالتّالي تتولّد مشاعر إيجابيّة للإبقاء على الرابطة الزّوجية، كما أنّ ابتعاد الطّرفين الغاضبين مكانيًّا بعد مشكلة كبيرة

أو شجارٍ حادّ يفيد في تهدئة النفوس وفي تخفيف حدّة الغضب وإعطاءً الفرصة للتّفكير المنطقي، ممّا قد يؤدّي فيما بعْد إلى بروز المشاعر الإيجابيّة تجاه الطّرف الآخر.

وعلى الجانب الآخر، من الممكن أنْ تكون الأجازة الزّوجيّة خطرًا لكونها قد تمثّل تهديدًا حقيقيًّا بالانفصال، فقد يؤدّي هذا البعد إلى تمكّن المشاعر السّلبيّة ـ كالكره مثلًا ـ من أحد الشّريكين، وإلى التعوّد على الحياة اليوميّة دون وجود شريك الحياة المتعب، والشّعور بالراحة عند الابتعاد عنه، ثم التّفكير الجدّي العمليّ في التّغيير وطوي صفحة الماضي والبحث عن شريكٍ جديد لما بقي من العمر. هذا بالإضافة إلى إمكانيّة حدوث علاقات عاطفيّة جديدة عابرة، أو العودة في التّفكير بعلاقات قديمة غابرة، الأمر الذي يضيف مشكلات جديدة للعلاقة الزّوجيّة ويعمق الفجوة بين الزّوجين.

فالأجازة الزّوجيّة سلاحٌ ذو حدّين فهي قد تكون مفيدة في جمع الشمل ببعض الحالات ولكنّها في أخرى تتسبّب في تفكّك الأسرة.

إنّ استعمال أسلوب الأجازة الزوجيّة بتكرارٍ يدلّ على عمق تغلغل الخلافات الزّوجيّة في الحياة، وعلى عدمٍ معرفة أساليب العلاج الناجح.

قليلٌ من الكذب يشفي العلاقة الزّوجية:

لم يرخّص الشّرع الكذبَ إلّا في ثلاثة مواطن: في الحرب، وفي الإصلاح بين النّاس، وفي الحديث بين الزّوجيْن فيما يخصّ العواطف. فعنْ «أم كلثوم بنت عقبة بن أبي معيط» ـ رضي الله عنها ـ أنّها سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: [ليس الكذب الذي يصلح بين النّاس ويقول خيرًا وينمّي خيرًا]. وحدث أنْ أرسل «عمر بن الخطاب» رضي الله عنه إلى امرأة «ابن أبي عذرن الدّؤلي» فقال: [أنت التي تحدّثين لزوجك أنّك تبغضيه؟ فقالت: إني أوّل مَن ثاب وراجع أمر الله تعالى، إنّه ناشدني الله فتحرّجت أنْ أكذب، أفأكذبُ يا أمير المؤمنين؟ قال: نعم، فاكذبي. فإنْ كانت إحداكنّ لا تحبّ أحدنا فلا تحدّثه بذلك، فإنّ أقلّ البيوت الذي يبنى على الحبّ، ولكن النّاس يتعاشرون بالإسلام والأحساب].

٩ – برنامج العمل

إنّ العمل من أجل طلب الرّزق بالحلال وسامٌ على صدر صاحبه، قال النبي صلى الله عليه وسلم في الحديث الذي رواه البخاري: [ما أكل أحدٌ طعامًا قطّ خيرًا من أنْ يأكل من عمل يده]، أيًّا كان هذا العمل، فليس هناك عمل كريم وآخر وضيع، طالما كان هذا العمل شرعيًّا وتحتاجه الأمّة.

إنّ الأمّة في حاجةٍ لعامل جمع القمامة والمزارع والصّانع كما هي في حاجة للمدرس والمهندس والطبيب والمحاسب والمحامي والعالم ورائد الفضاء، إلخ. ولا استعلاء ـ في الأمّة الإسلاميّة ـ لمهنة على أخرى، وإنما الاستعلاء الذي نراه اليوم مستشريًا بين أبناء شعوب بعض الأمم دليلٌ على التخلّف والانحطاط وفيه من الجاهليّة والجهل ما فيه، وإنّ الأمّم المتقدّمة تقوم على تضافر وتكاتف المهن بما يحقّق صالح هذه الأمم وشعوبها، أمّا الأمم المتخلّفة فنجد بها تقاتل وتصارع المهن ممّا يزيد هذه الأمم تخلفًا وتردّيًا.

إنّ الأمّة كالجسد الواحد، وأفرادها كخلايا هذا الجسد الواحد، فماذا تقول في جسد تتضافر خلاياه وتتكاتف، وجسد آخر تتقاتل خلاياه وتتصارع؟ إنّه بوْنٌ شاسع، الأوّل سيرتقي ويبقى، والآخر سيتدنى ويفنى.

ويعدّ إتقان العمل وحرفيّته فريضة لأنّ هذه الأعمال ستعرض على الله ورسوله يوم القيامة، وسيوفى الجزاء هناك في عالم الغيب والشهادة، لقول الله سبحانه وتعالى: (وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون وستردّون إلى عالم الغيب والشّهادة فينبئكم بما كنتم تعملون) (التوبة، ١٠٥). ويذكرنا رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم في الحديث الذي رواه الطّبراني والبيهقي بأهميّة إتقان العمل بقوله: [إنّ الله يحبّ إذا عمل أحدكم عملًا أنْ يتقنه].

فلكم ازدهرت المجتمعات والأمم بالأيدي المخلصة المتقنة، وكم فسدَت مجتمعات وأمم بخراب الذمم واستشراء الحرام وذيوع الفساد وانتشار البطالة.

> **وإذا ما ضاق العيش بمكانٍ ما فعلى الإنسان السّعي لطلب رزقه ورزق من يعول بمكان آخر، يقول المولى سبحانه وتعالى: (وَمَن يهاجر في سبيل الله يجد في الأرض مراغمًا كثيرًا وسَعَة) (النساء، 100).**

إنّ احتياج البيت والزوج والأبناء هو الذي يحدّد هل تعمل المرأة خارج بيتها طلبًا للرزق أم تمكث به لرعايّة زوجها وأبنائها. فإذا ما احتاج البيت إلى رعاية واهتمام كبيرين - وهذا في الغالب ما هو كائن - فالأولى ألّا تعمل المرأة خارج بيتها وتنصرف إلى القيام بوظيفتها الأولى المناسبة لفطرتها وطبيعتها، أما إذا ما احتاج البيت إلى مددٍ ماديّ أكثر فمن المُمكن أنْ تمتهن عملًا خارجَ البيت واضعة نصب عينيها ألّا تقصّر في حقّ أسرتها، وكان الله ﷻ في عونها.

١٠ - برنامج التّطوير والتّنمية الذاتية

لكلّ من الزّوجيْن مواهبُ وملكات وقدرات وخبرات تختلف عن الأخر اختلافًا واضحًا، وينبغي في إطار جماعي أو فردي تنمية هذه المواهب والملكات والقدرات والخبرات وتطويرها،



ذلك أنْ يستأثر كلّ منهما بوقت يستثمره ومالٍ يستنفده لإجراء هذه التنمية.

ولا شكّ أنّ أيّ تنمية ولو لفرد واحدٍ بالأسرة هي مكسب للأسرة كلّها، ولذلك ينبغي أنْ يحظى كلّ من الزّوجيْن بالتّشجيع والتحفيز والدعم والمساندة من شريكه.

لقد أصبح من المتاح الآن التحاق المرء بدورات ودراسات في كلّ علم ومهارة لتنميته وازدياد خبرته. فهناك دورات كمبيوتر وإسعافات أوليّة وصيانة أجهزة كهربائيّة وصيانة المنزل ودورات تنميّة بشريّة في كافّة مجالات أنشطة الإنسان... أصبح متاحًا أمام خريج الجامعة برامج التّعليم المستمرّ والتّعليم ما بعد الجامعي ومواصلة الدراسات العليا... أصبح متوافرًا أمام كلّ النّاس دوراتٍ تعليم مختلف لغات البشر... وغير ذلك ممّا يعجز عنه الحصر. فقط يحتاج الأمر إلى نوع من العزيمة الصّادقة وبذل بعض المال والصّبر والمثابرة.

إنّ تطوير النّفس وتنميتها يبعث على الثقة بالنفس ويبارك العمر ويزكيه ويجلب احترام الآخرين، فيجبي المرء حصادًا رائعًا مشرقًا متميّزًا مثمرًا بعد مضيّ سنوات طويلة من العمر، بينما إهمال هذا البرنامج يجعل سنوات العمر تنسلخ دون أيّ تقدّم وتطوّر، بل ستفضي إلى مزيد تخلّف وتأخّر. إنّ الحصاد يظهر بعد سنواتٍ

طوال عندما يشيب الشّعر بالرأس ويثقل المرض الجسد، فإنْ كان ما يزرع جيدًا فسيكون الحصاد جيّدًا، وأمّا إنْ كان ما يزرع غير ذلك فسيكون الحصاد علقماً.

الذي لا يتقدّم ولا يتطوّر فهو بالضرورة يتخلّف ويتأخّر

ومِن آفات العصر التي أصابت النّاس أنّهم دفنوا أنفسهم في عملٍ دؤوب متواصل خارج البيت، أو مكث بالمطبخ وانغماس في تلبيّةٍ احتياجات الأبناء، وتبديد أوقات فيما يضرّ ولا ينفع من برامج فضائيّة وجلسات مقاهي وتجوال في الإنترنت ومشاهدة المباريات الكرويّة وغيرها، فسفّهت العقول وتسطّحت الأفكار وزاغت الأبصار وضاعت الأعمار على ما لا يسمن ولا يغني من جوع.

ستمضي سنوات العمر، نعم ستمضي، رغبنا أم لم نرغب، فمِن الخير أنْ يستفيد الإنسان بهذه السّنوات المقدّرة له ليكون صالحًا مصلحًا نافعًا لنفسه ولغيره فيحبّه الله سبحانه وتعالى ويحترمه الناس.

II – برنامج تربية الأبناء

التربية هي عملٌ دؤوب ثقيل التّبعات كثيرُ الصّعوبات، يهدف إلى بناء إنسان متعادل متوازن فكريًّا وروحيًّا وخلقيًّا وجسديًّا،

إنّه عمل به فنّ وعلم ووعي وجهاد. ومن أولى النّاس بهذا العمل التّربوي الدّؤوب مثل أبنائنا.. ثمار الأفئدة وفلذات الأكباد.

> **لقد لخّص «الأحنف بن قيس» لأمير المؤمنين «معاوية بن أبي سفيان» رضي الله عنه مكانة الأبناء من الآباء بالعبارة الحكيمة الموجزة قائلًا: [هُم ثمار قلوبنا، وعمادُ ظهورنا، ونحن لهم أرض ذليلة، وسماء ظليلة، وبهم نصول إلى كلّ جليلة].**

وصدق الشّاعر حينما بثّ أشواقه ودفء حبّه لأبنائه قائلًا:

ومن عجب أنّي أحنّ إليهم فأسأل عنهم مَن لقيت وهم معي

وتطلبهم عيني وهو في سوادها ويشتاقهم قلبي وهم بين أضلعي

ولهذا كان لبرنامج تربية الأبناء مكانة خاصّة وأهميّة خاصّة.

يكشف لنا الواقع أنّ الزّوجيْن قد يتّفقا في برامج عديدة، ولكنّ كثيرًا ما يدبّ الخلاف بينهما عند الاقتراب من عتبة هذا البرنامج.

ولضبط هذا البرنامج يجب عند وضع خطوطه أنْ تستقرّ عند الآباء عدّة قناعات، منها:

- أهميّة الاستقرار الأسري والهدوء النّفسي والابتعاد بالمشكلات الزّوجيّة عن الأبناء، فلا دخل لهم بها، فلا هُم مَن صنعها ولا هُم مَن تولّى كِبرَها، فلم عليهم حصادها وتذوق مرارة ثمارها.

قد تصبر المرأة على غلظة زوجها وسوء عشرته معها وانتقاصِه من أنوثتها من أجل أبنائها، وقد يتحمّل الرّجل الأذى من زوجته وعصيانها له وإهانتها لرجولته من أجل أبنائه، ويسير مركب الحياة متأرجحًا تعصف به الأنواء من أجل تربيّة الأبناء!؛ ولكن هل تتمّ تربية سويّة في مثل هذه الأجواء؟

والحقيقة إنّه لا تربية جيدة ترجى في أجواءَ متوتّرة مشحونة بالخلافات والتّضاربات، تفتقد القدوات الصّالحات، ظمأى للوئام والحبّ، متخمة بالحنق والغضب.

- فهْمُ الآباء للأبناء ومعرفة خصائص مراحلهم السنيّة وتفهّم احتياجاتهم، والتّعامل معهم على ضوء هذا الفهم وهذه المعرفة وذاك التفهّم؛ سيشكّل بيئة رائعة للتواصل الجيد البناء.

- تربيّة الأبناء تتمّ عبر مشاركتهم في كلّ شيء، مشاركتهم في تحمّل المسئوليّة وفي الاسترخاء، مشاركتهم في المذاكرة وفي اللّعب، مشاركتهم في سعادتهم وفي تهدئة غضبهم، مشاركتهم في واقعهم وأحلامهم، مشاركتهم في المنشط والمكره.

لقد اعتاد الآباء على الظّهور في حياة أبنائهم في أوقات المكاره فقط، فهُم يرون أبناءهم عند المذاكرة فرضًا، وعند تناول الطّعام قسرًا، وعند غلق الكمبيوتر غصبًا، وعند التحدّث عن أصدقائهم غضبًا، وعند النّوم قهرًا، وكلّها أمور يكرهها الأبناء، فأمست صورة

الآباء لدى الأبناء هي صورة المشارك في المنغصّات والمكروهات والمغضبات وفقط، فما هو الانطباع الذي يؤخذ عن الذي عند كلّ بليّة متصدّرًا؟ ودّ وحبّ، أم ضيق وضجر؟

ثمّ، أين مشاركة الآباء لأبنائهم في رحلاتهم ونزهاتهم، في أحلامهم وأفكارهم، في ألعابهم ولهوهم، في أحاديثهم وحواراتهم، في التقرّب من أصدقائهم، إلخ؟

تربية الأبناء تتمّ من خلال مشاركتهم في كلّ أنشطة حياتهم التي يحبّونها والتي يكرهونها سواءً بسواء

– الشّعور التّام والكامل ـ قولًا وعملًا ـ بأنّ الأبناء هُم أبناء الشّريكين وليسوا أبناء أحدهما. ولذلك ينبغي أنْ يتوقّف أحدهما أو كلاهما عن قول بعض العبارات التي تنفي الشّراكة في الأبناء، كقول أمٍّ تنهر زوجها لأنّه ضرب ولده قائلة: «لا تضرب ابني»، إنّها أخطأت عدّة أخطاء في نفس الوقت، أحد هذه الأخطاء أنّ الولد ليس ولدها وحدها بل هو ولده أيضًا، فإنْ كانت لا بدّ قائلة فمِن الأوفق والأرفق أنْ تتساءل بلين وبعيدًا عن الولد «لماذا ضربت ابننا؟».

– كثيرًا ما يطفو سوء اتّفاق الزّوجيْن في برنامج تربيّة الأبناء أمام الأبناء، ويتجلّى ذلك في استخدام الوالدين لأساليب وألفاظ

وإيحاءات تُظهِرهما كجبهتين متصادمتين متصارعتين، والأبناء لا يتقنون شيئًا قدر إتقانهم فنّ استثمار اختلاف الآباء ليصلوا إلى ما يريدون، فاختلاف الآباء في تربيّة الأبناء هو أحد أقوى أسباب تفلّت الأبناء من طاعة الآباء وتوجيهاتهم.

- من الأخطاء مريرةِ الأثر اقتناعُ أحد الشّريكين أنّه الأصوب أو أنّه الأكثر فهمًا وإدراكًا للأبناء بدعوى أنه الأطول مكثًا معهم أو احتكاكًا بهم، أو أنّه الأعلم بهم أو الأحرص عليهم، أو..، أو....، وقد يكون هذا هو بعض الواقع بالفعل، ولكنّه واقعٌ لا يعطي أحد الطرفين الحقّ في انتقاد أسلوب الطرف الآخر أو اتّخاذ قرارات بمعزل عنه والتصرّف بمفرده، وإلّا سيظلّ متحمّلًا العبء وحده.

- لا يستطيع أحد الأبوين تحمّل عبء تربية الأبناء بمفرده، صحيح أنّ دور الأمّ في التربيّة أكبر وأعمق من دور الأب وهي على أدائه أصبر، كقول الشّاعر:

وأعبث في البيت مستبسلًا ... فأي إناء أصبت انكسرا

أطيش، فيضجر بي والدي ... وليس يُلمُّ بأمّي الضجرا

... ولكن، في هذا العصر الذي شاع فيه عمل المرأة خارج بيتها، وحوصر الأبناء بشتّى المغريات، أمسى من الصّعب عليها تأدية دورها كأمّ فضلًا عن تأدية دور الأمّ والأب معًا، وبالمثل سيعجز الأب أيضًا عن تأديّة دور الأب والأمّ معًا، وإنّما يجب



أنْ يتعاون الزوجان لتنفيذ هذا البرنامج تعاونًا يتّصف بالتكامل والتّضافر والتّفاهم والانسجام والتّناغم.

قد تستطيع الأمّ وحدها التكفّل بتربية الأبناء والعنايّة بهم عندما يكونوا أطفالًا صغارًا، ولكن، لن يظلّ الأطفال صغارًا إلى الأبد، بل سيكبرون مع الأيام وستكبر معهم أعباؤهم بدرجة يصعب أنْ تتحمّلها وحدها. فإذا ما تمّ تحييد الأب عن أداء دوره في تربيّة الأبناء وهم أطفال صغار سيمسي من العسير عليه وعليهم أنْ يمارس واجبه تجاههم كمربٍّ عندما يكبرون ويصيرون مراهقين ومراهقات، وسيواكب ذلك عجز الأمّ عن مزيد تحمّل لأعباء التربية، وهذا فيه ما فيه من انفراط عقد وخروج الأمور عن السّيطرة.

ولأنّ التّربية عمليّة عظيمة المشاق فهي تحتاج إلى علم وصبر وحكمة ومهارات، فيجب على الأبوين الحرصُ على تعلّمها عن طريق القراءة وسماع شرائط مسجّلة أو إسطوانات مدمجة ومشاهدة برامج فضائيّة تربويّة وحضور دورات تدريبيّة ومحاضرات وسؤال ذوي الخبرة والاختصاص.

- إنّ الممارسة العمليّة عن طريق القدوة لها أثرٌ فعّال أكثر من ألف مقال ومقال. فمن الضّروري أنْ يرى الأبناء معالم التّوحيد



ومكارم الأخلاق ومحاسن الآداب والجدّ والاجتهاد والتوادّ والتّراحم والصّدق والوفاء بالعهد والوعد سمتًا لا يفارق والديهم.

- ضرورة تنظيم وقت استخدام الكمبيوتر والتجوّل في الإنترنت ومشاهدة الفضائيّات، في ظلّ إنماء فضيلة غضّ البصر؛ لأنّ إطلاقه يجلب على القلب الحزن والهمّ، فالنّفس لا تقوى على كلّ ما تراه ولا تصبر على بعض ما تعرفه، كقول الشّاعر:

وأنت متى أرسلت طرفك رائدًا إلى كلّ عين أتعبتك المناظر

رأيت الذي لا كلّه أنت قادر عليه ولا عن بعضه أنت صابر

- ضرورة العدل بين جميع الأبناء صغارًا وكبارًا، ذكورًا وإناثًا، عاديون أو ذوي احتياجات خاصّة سواءً كانوا من أصحاب المواهب والملكات أو من أصحاب العاهات والتّخلفات.

- أفضل مناخ لتربيّة الأبناء هو الذي يتمّ بين ذراعي الحنان والحزم، فلا يخرج العقاب عن دائرة قسوة الرّحمة، ولا يُلجأ إليه إلّا في أضيق الحدود، ولا يكون الضّرب هو أقرب الحلول، بل هو آخرها، وقديما صدق قائلهم: «جرّبت السّيف واللّين، فوجدت اللّين أقطع».

- للحبّ رحيق، وليس له صديد، إنّ الأوامر الكثيرة والنّقد المتّصل والتوجيه المستمرّ واللّوم المنهمر يجعل حبّك لولدك يضخّ صديدًا، مع أنّك تُكِّنُ له حبًّا من المفترض أنْ يفوح رحيقًا.

يحتاج الأبناء من الآباء إلى نظرة الحبّ، وبسمة الحبّ، ولمسة الحبّ، وضمّة الحبّ، وكلمة الحبّ، ولقمة الحبّ، وقبلة الحبّ، وجلسة الحبّ.

- أيّها الأب، أيّتها الأمّ،

نختم هذا البرنامج ببعضٍ من العبارات الذّهبيّة التي إنْ وعيتماها عمليًّا أضاءت لكما طريقًا لتربية أفضل، وهي كالتالي:

- ابنك ليس ملكك فلا تنتظر منه أنْ يفعل كلّ ما تريد.
- ابنك ليس مثلك فلن يكون بأيّ حال نسخة منك، إنّه كائن مختلف عنك اختلافًا واضحًا كما أنّك مختلف عن أبويك وإخوتك اختلافًا بيّنًا.
- ابنك من الأحياء وليس من الأشياء، وللأحياء تطلّعات ورغبات واحتياجات وطموحات وملكات وقدرات وأهواء وأخطاء، أمّا الأشياء فتفتقد لذلك كله، فعامله كالأحياء لأنّه منهم ولا تعامله وكأنه من الأشياء لأنّه، ببساطة، ليس منها.
- لا تبنِ بينك وبين ابنك جدارًا عازلًا بصدّه عن الحديث معك أو إسماعه ما يؤلمه أو العبوس في وجهه أو عقابه لأيّ سبب أو الانشغال المستمرّ عنه أو افتقاده لك حينما يحتاجك، أو..، أو....
- ضبط العلاقة بينك وبين ابنك المراهق طبقًا للمنظومة التّالية:

لا تكنْ فوقه لتمطيه ذلًّا، ولا تكن خلفه لتدفعه قهرًا، ولا تكن أمامه لتقوده مسخًا، ولا تكن تحته فتملأه عتوًّا، بل كن بجواره



جنبًا بجنب، تحيطه بالحبّ وتؤثره بالقرب، فتصبح له كما يريد هو، ويمسي لك كما تريد أنت، نعم الصّاحب لنعم الولد.

لا تكنْ فوقه بالضّغط والتّوبيخ والقسوة والشّدة والغلظة والتّسلط، ولا تكن خلفه بالأوامر المتّصلة والتّوجيه اللّحوح، ولا تكن أمامه تؤدّي أدواره وتتصدّر بدلًا منه في شئونه والقيام بمسئوليّاته وأدواره، ولا تكن تحته بالتّدليل وتلبية كلّ ما يريد.

١٢ – برنامج تعليم الأبناء

التّعليم هو تلقّي العلوم والمعارف لتكوين عقليّة الإنسان وطريقة تفكيره وثقافته، وتشكيل هويّته الفكريّة. ولذلك يمثّل التّعليم بالنسبة للأمّة حاضرها القريب ومستقبلها البعيد. والواقع من حولنا يفصح عن أنّ جميع الأمم السّائدة الآن على الأرض أخذت بنظام علم وتعليم حازم دقيق يتوافق مع طبيعة شعوبها ويجسد طموحاتها، فأدّي إلى ما هي عليه من تقدّم وازدهار، وأنّ جميع الدول المتخلفة تركت ركب العلم والتعليم وراء ظهورها واتّخذت الهزل واللّعب سبيلًا للتّخدير والإلهاء فآلت إلى ما آلت إليه من انكسار واندحار. وبدأت بعض الدّول المتخلّفة تبتعث إلى تلك المتقدّمة دارسين لتلقّي العلوم والفنون ليعودوا إلى بلادهم يحملون مشاعل المدنيّة والتقدم، ولكن الكثير منهم عاد حاملًا معه أيضًا مذاهب ونظريّات وقيم وفلسفات أبعدته قليلًا أو كثيرًا

عن الأصول الصّحيحة التي لدينا فيها من الله سلطان وبرهان، مذاهب ونظريّات وقيم وفلسفات تقوم على أساس فصل الدّين عن الدّولة وحصار الدّين بين جدران كنيسة أو مسجد، إنّها قضيّة كبرى عرفها الخبراء بـ"الغزو الفكري".

لقد أشرف على هذا الغزو الفكريّ مؤسّسات ضخمة كبيرة ذات نفوذ عالمي واسع، كان من أبرزها هيئة اليونسكو، كما أشرف على تنفيذ هذا المخطط في بلاد المسلمين عدد غير قليل من الشّخصيات التي تولّت أجهزة الإعلام مهمّة إبرازها حتّى صارت قممًا في ساحة التّعليم والتربيّة والثقافة والإعـلام، وأضحت تتلاعب بعقول النّاس لتعيد صياغة الأجيال وتقتلع هويّتها وتطمس شخصيّتها. ونجح هذا المخطّط إلى حدّ كبير فأمسى قاسم من هذه الأجيال لا يكاد يشعر بانتماء لأمته بل على العكس سيطر عليه شعور بالانتماء إلى غيرها، وبات متنكّرًا لانتمائه الأصيل الذي أقام به حضارة رفعته يومًا ما على قمّة الدّنيا، معتزًّا بهذا الانتماء الدّخيل الذي أورده قاع الأمم وجعله طرف ذنب لآخرين.

... هذه هي المأساة التي لم يفطن إليها النّاس، مأساة يتمّ فيها تصنيع أجيال تهدم أكثر ممّا تبني وهي تحسب أنّها تحسن صنعًا، مأساة الجميع يعمل على إنجاحها، إلّا من رحم ربي.

وكانت النّتيجة غلبة التفاخر بتعليم أجنبيّ لا ديني،

وازدياد ازدراء التعليم العربي، واقتصار النّظر إلى التّعليم عند حدّ اعتبار حصول الأبناء على درجات مرتفعة هو الهدف، وفي سبيل ذلك الهدف الواهي الباهت لا بأس من أنْ تدهس بعض القيم في الطّريق كالأمانة والصّدق وصلة الأرحام وغيرها. كلّ ذلك ـ وغيره ـ جعل عمليّة التعليم مبتسرة لا تفي بأغراضها ولا تصل لأهدافها، بل تحقّق ما يضرّ ولا ينفع.

إنّ للحكومات والأنظمة أدوارًا لإصلاح التّعليم والسير به بما يحقّق أهداف الأمّة، كما أنّ للآباء والمدرسين أدوارًا يجب أنْ يضطلعوا بها ليتمكّن أبناؤهم من تحقيق النّجاح المنشود في الامتحانات وإحراز التّميز الثّقافي والعلميّ، ومن هذه الأدوار :

- تسجيل الأبناء في المدارس المناسبة التي تساعد في الوصول إلى هدف الأبوين من تعليم الأبناء تعليمًا يربطهم بالله سبحانه وتعالى ويرتقي بهم في مدارج العلم.
- مدّ الأبناء بالمستلزمات الأساسيّة والتعليميّة والتربويّة والعلميّة التي تحتاجها المدرسة من كتب وأدوات ووسائل إيضاح وتوفير وسائل نقل ومواصلات تؤمّن وصول الأبناء إلى أماكنهم الدراسيّة بالأوقات المحدّدة.
- حثّ الأبناء على الدّراسة والاجتهاد والمواظبة على الاستذكار.

- توفير الأجواء النّفسيّة الهادئة المريحة في البيت حتّى يتمكّن الأبناء من الاستذكار وأداء الواجبات المدرسيّة.

- مساعدة الأبناء في الموازنة بين أوقات الدّراسة والاجتهاد وأوقات ممارسة الرّياضة والتّرويح والتّسلية حيث أنّ هذه الموازنة أمر أساسي لنجاح الأبناء في الدّراسة واستمرارهم بمستوى جيد وحصولهم على درجات مرتفعة.

- أنّ المدرسة والبيت مؤسّستان تربويّتان تعليميّتان متكاملتان، لا يمكن أنْ تعمل أيّ منهما بمعزل عن الأخرى، حيث أنّ التّعاون والتّنسيق بينهما ضرورة ملحّة لتيسير المهامّ والمسئوليّات التربويّة والتعليميّة، ولذلك كانت هناك ضرورة لقيام الآباء بزيارة مدارس أبنائهم للاطّلاع عن كثب على المستوى العلمي والأداء التّربوي للأبناء والصّعوبات الدراسيّة والعلميّة والتربويّة التي تواجههم داخل المدرسة وخارجها، والعمل على تذليلها وحلّها بأسرع وقت ممكن .

- التعرّف على المناهج التي يتفوّق فيها الأبناء والمناهج التي يجدون فيها صعوبة، ولا مانع ـ بل من المستحبّ ـ الاستفادة بالمتخصّصين للمساعدة في رسم المسار الدّراسي الصّحيح المؤدي إلى العمل والحرفة التي من الممكن أنْ يبرع فيها الأبناء بالمستقبل.

- تشجيع الآباء لأبنائهم على مواصلة الدّراسة والاستمرار فيها حتّى بلوغ أعلى المستويات العلميّة والأكاديمية.



– لا بدّ من تنميّة الإبداع عند الأبناء خاصّة وأنّ قدرات التحصيل الدّراسي تقتل القدرات الإبداعية، إنّما القدرة على التّحصيل الدراسي تحتاج إلى التّفكير التّقريري الذي يعتمد على التّلقين وحفظ واسترجاع المعلومات الثّابتة والمحدّدة سلفًا ممّا يؤدّي إلى تنميط الطالب، بينما القدرة على الإبداع تحتاج إلى تفكير تغييريّ أو افتراقيّ الذي ينمّي النّظر إلى الموضوع من أكثر من اتّجاه ويقترح أكثر من حلّ للقضيّة الواحدة والمسألة الواحدة، ممّا يؤدّي إلى تفرد التلاميذ ومن ثمّ استنباط أفكار مختلفة ومتنوّعة وأصيلة من فكرة أو موقف أو مشكلة.

– أنّ خير استثمار هو في الأبناء تربية وتعليمًا، هكذا فقه الحكماء من قبل، فذاك "أبو ربيعة" الذي خرج للجهاد في خراسان، وترك "ربيعة" حملًا في بطن أمّه، لتقوم هي على تنشئته وتربيته وتعليمه، وترك معها ثلاثين ألف دينار (وكان هذا مبلغًا ضخمًا آنذاك). ولمّا رجع بعد سبع وعشرين سنة من الجهاد، دخل مسجد رسول الله بالمدينة، فنظر إلى حلقة (درس علم) وافرة (يحضرها خلق كثير)، فأتاها فوقف عليها، وإذا فيها الإمام "مالك" و"الحسن" وأشراف أهل المدينة يتعلّمون، ولما سأل عن صاحب هذه الحلقة (معلم هذا الدّرس)، أجابوه بأنّه "ربيعة بن أبي عبد الرحمن"، ابنه!! فرجع "أبو ربيعة" إلى منزله، وقال لزوجته وأمّ ولده: لقد رأيت ولدك على حالة ما رأيت أحدًا من أهل العلم والفقه عليها. فقالت له:

فأيُّهما أحبّ إليك ثلاثون ألف دينار أم هذا الذي هو فيه؟- فقال: لا والله بل هذا. فقالت: أنفقتُ المال كلّه عليه. قال: فوالله ما ضيَّعتيه.

... نعم، خير استثمار هو في الأبناء تربية وتعليماً.

١٣ – البرنامج الغذائي

يشمل هذا البرنامج كلّ ما يتعلّق بتوفير وإعداد الطّعام المناسب لأفراد الأسرة وضيوفها. تقع مسئوليّة تصميم وإدارة وتنفيذ هذا البرنامج على عاتق الزّوجة أساسًا، ويجوز لها أنْ تستعين بمَن يعاونها في إعداد الطّعام وطهيه حينما يلمّ بها أمر يمنعها أو يشغلها عن بيتها، وعلى الزوج توفير المال اللّازم لشراء المواد الغذائيّة المطلوبة.

إنّ الزوجة لن تصبح إلى الأبد هي المنفّذة الوحيدة للبرنامج الغذائي، فبعد أعوام ستكبر ابنتها وتدخل معها المطبخ لتتعلّم، وتتمتّع، وتتحمّل، وتكتسب مهارات، وتخفّف أحمالًا أثقلت أمّها سنوات طوال، فقد آنَ لمسئوليّة هذا البرنامج ـ بعد هذه السّنوات ـ أنْ تتجزّأ، وأن ينال الآخرين منها نصيب.

ومن أجل برنامج غذائي ناجح يجب أنْ تتوافر فيه الأسس التّالية:

١) التنوّع: يوفر تنوّع الطّعام احتياجات الجسم الأساسيّة من بروتينات وكربوهيدرات ودهون وفيتامينات وأملاح لازمة لكلّ

فردٍ من أفراد الأسرة على اختلاف أعمارهم وجنسهم، فالطّفل الصّغير غير المراهق غير الشّاب غير الشّيخ، والبنت غير الولد، والسّليم غير السقيم، كلّ له احتياجاته الغذائيّة الخاصّة.

وللمرأة أنْ تنوّعَ الطّعامَ الذي تعده حتّى لا يصاب أفراد الأسرة أو بعضهم بالملل أو نقص بعض العناصر الغذائيّة الهامّة ممّا يجلب آثارًا سلبيّة على الصّحة والنّشاط. إنّ قدرة المرأة على تنويع الطعام ربما تكون ـ في بعض الأحيان ـ محدودة لأنّها بطبيعتها إذا ما نجحت في إعداد طعام أقبل عليه زوجها وأطفالها فستراها تدأب على تكرار إعداده مرّات متتالية.

ولتسهيل تنويع المرأة للطّعام الذي تعدّه من الممكن إعداد قوائم بكلّ أنواع الأطعمة التي تجيد المرأة صنعها وتصلح كإفطار وكغذاء وكعشاء بكلّ مفرداتها (كتلك القوائم الموجودة بالمطاعم والفنادق)، وعليها أنْ تختار منها أو يساعدها في الاختيار زوجها وأبناؤها ما يناسب الأسرة وبها يحقّق التنوّع المنشود.

ولا بأس مطلقًا أنْ يكون بمكتبة البيت بعض الكتب التي تعلّم الطهي وعمل شتّى أنواع الحلويات والمخبوزات، كما أنّه من الممكن متابعة البرامج الفضائيّة والمواقع الإلكترونيّة على الشّبكة العنكبوتيّة المعنيّة بتعليم فنون الطّهي لتزيد المرأة من حرفيّتها وقدرتها على التنويع.

كما أنّ قدرة الزوجة كامرأة على اتّخاذ القرار ليست كقدرة زوجها كرجل، ولذلك كثيرًا ما تسأل المرأة زوجها عمّا يجب أنْ تعدّه له من طعام على الغذاء خشية أنْ تتّخذ قرارًا بطعام لا يقبل عليه زوجها وأطفالها. ولذلك ينبغي على الزّوج أنْ يجيب على سؤال زوجته الشّائع، ماذا تحبّ أنْ تأكل اليوم على الغذاء؟ يخطئ الزّوج إنْ لم يُجب عن هذا السّؤال، يخطئ إذا ترك زوجته تقرّر وحدها ما سوف تعدّه من طعام وهي في أمسّ الحاجة لرأيه، يخطئ رغم أنّه يقصد راحتها وعدم تقييدها، يخطئ لأنّ زوجته ـ كأيّ امرأة ـ بحاجة إلى المساعدة والإجابة على سؤالها لتستريح وتهتدي، وإنْ لم تحصل عليها فذاك أمر عليها شاقّ ويجهدها أيّما إجهاد.

٢) إعدادُه بالبيت: تحرص المرأة الواعيّة كلّ الحرص على إعداد الطعام ببيتها وبيديها، وتجتهد ألّا تشتري طعامًا جاهزًا من الخارج، كما قد يكون لهذا الطعام أضرارٌ صحيّة وتكاليف مادية، خاصّة في هذا العصر الذي ساد فيه الفساد وخفتَ فيه صوتُ الضّمير، وغيّب الدين عن المعاملات، وأصبح همّ الكثير من النّاس التربّح بأيّ طريق وعلى أيّ وجه، فصنعوا من النّفايات أطعمة شهيّة المذاق خلابة الشّكل والرّائحة، فانتشرت الأمراضُ والعلل في أجساد الصّغار والكبار، ولا ترضى أنْ يدخل طعام جوف زوجها وأبنائها إلّا ممّا صنعت يداها، فيرتبط بها زوجها وأبناؤها ارتباطًا

وثيقًا. إنّ اعتياد الزوج والأبناء على تناول طعام جاهز بسبب عدم إعداد الزّوجة للطّعام بصورةٍ منتظمة لن يُشعِرَ الزّوج ولا الأبناء بافتقادها عند غيابها... فلا أثر ذا بال لوجودها، فوجودها بجوارهم في هذا الشأن مثل عدمه.

وامتدادًا لإعداد الطّعام ما أمكن بالبيت فيحبّذ شراء الفواكه والبقوليّات والخضروات في مواسم توافرها ورخص ثمنها، ثمّ القيام بتجفيف الفواكه كالتّين والعنب والمشمش، وتعبئة البقوليّات والخضروات بعد تنظفيها داخل عبوّات مناسبة وحفظها بطريقة ملائمة كالتّجفيف أو التّجميد لحين وقت استخدامها.

ولا مانع ـ بل من المُمتع ـ أنْ يتوافر مكانٌ مناسب بشرفة المنزل لزراعة بعض النّباتات ذات الفائدة الغذائيّة كالنّعناع والبامية في أصص بعدما نتعلّم فنون زراعتها.

٣) ثبات المواعيد: ينبغي أنْ يتمّ تناول الطّعام في مواعيد محدّدة ثابتة متناسقة التّوزيع على ثلاثة أوقات متباعدة. ولن يتمّ ذلك إلّا بالحرص على ضبط مواعيد الانتهاء من عمليّة الطّهي وتجهيز الطعام بحيث تتناسب مع مواعيد الوجبات ودعوات الضّيوف.

ولقد ثبتت أهميّة الالتزام بمواعيد محدّدة لتناول وجبات الطّعام في الحفاظ على صحّة الجسم ومدى التّأثير الإيجابي لهذا

الالتزام على أداء السّاعة البيولوجيّة للجسم، وضبط أمور صحيّة كثيرة عبر تنظيم الجهاز الهضمي في الاستعداد لتقبّل الطّعام وفي توقيت إخراجه وضبط الصحة العامة وإراحة الأعصاب، وأنّ القيمة الغذائيّة التي يمكن الحصول عليها من تناول غذاء ما تكون في أعلى مستوياتها إذا ما تمّ تناولها في فترة محدّدة من ساعات اليوم، كما أنّ تنظيم وقت تناول الطّعام يعود أفراد الأسرة احترام الوقت وأداء الواجبات في أوقاتها، فكيف سيتعلّم الأبناء احترام الوقت وأداء الأعمال في أوقاتها بينما مواعيد تناول الطّعام غير مستقرّة.

وإذا لم يتمّ تناول الطّعام في أوقات محدّدة فإنّ عمل أنظمة أعضاء الجسم تضطرب، وهذا بدوره يحدث خللًا عامًّا في توازن أداء وظائف الجسم الحيويّة الأخرى، ممّا يؤدّي إلى متاعب صحيّة عديدة على الأمد البعيد.

٤) التجمّع على الطّعام: إنّ نجاح الزّوجة في أنْ تجمع شمل أسرتها حول طعامها الذي أعدّته ـ خاصّة تحت وطأة مشاغل النّاس في هذا العصر ـ لأمرٌ له أثر غاية في الإيجابيّة على مناخ الأسرة الاجتماعي، أثر داعم لترابط وتلاحم وتوادّ وتراحم أفراد الأسرة.

إنّ الذي ابتكر السّاندوتش أسدَى لعلماء الشرّ صنيعًا ساعدهم كثيرًا على تنفيذ مخطّطاتهم الخبيثة في تمزيق الأسر، وفكّ الأواصر، وتوهين الوشائج؛ لأنّ هذا الساندوتش سمحَ لأفراد الأسرة عدم

التجمّع في أوقات الوجبات، وسهّل عليهم التقام طعامهم فرادى، أو وهم مسرعون بالطرقات، لكَمْ حطّم هذا السّاندوتش من لقاءٍ أسريّ دفيء حول طعام هنيء.

إنّ التجمّع على مائدة واحدة في توقيت واحد لأفراد الأسرة يغطّي أربعة جوانب هي:

١ـ الجانب الجسديّ: حيث يتناول كلّ فرد وجبته الغذائيّة لينال حظّه من المواد المناسبة لصّحته وجسده.

٢ـ الجانب الدّيني: حيث يذكر دعاء الطّعام وشرب الماء والفروغ منه والتفكّر في نعم الله على الإنسان وشكر هذه النّعم.

٣ـ الجانب الاجتماعيّ والعاطفي: حيث يتمّ إجراء حوارات اجتماعيّة عاطفيّة تزيد من درجات التّرابط والتّلاحم بين أفراد الأسرة.

٤ـ الجانب العقليّ: حيث تذكّر بعض المعلومات أو التوجيهات وإجراء بعض المتابعات للأبناء.

كما يجب على جميع أفراد الأسرة اتّباع آداب الطعام الذي وضّحها لنا النبي صلى الله عليه وسلم في سنّته القوليّة والفعليّة مثل الجلوس أثناء تناول الطّعام، والتّسميّة قبل البدء أو بعده عند النّسيان، والأكل باليد اليمنى، والاجتماع على الطّعام، والأكل من جانب الإناء، وعدم إبقاء بقيّة من طعام بالإناء حتّى لا تلقى مع المهملات، ووضع القدر المطلوب من الطّعام بالإناء، والتقاط ما



يسقط من طعام وإماطة الأذى منه ثمّ تناوله، وغسل اليدين قبل وبعد الأكل، وغير ذلك.

ولتناول الطّعام ذوقيّات يجب معرفتها وتدريب الأبناء عليها، فلا شرب السّوائل بصوت مسموع ولا مضغ يصحبه صوت منفّر، ولا استئثار بكمّ أكبر من الطعام أو بنوع جيّد منه دون الآخرين، ولا تجشّؤ (إخراج الهواء من الحلق مصحوبًا بصوت مسموع)، ولا تضخيم لحجم اللّقمة، وغير ذلك.

ومن المهمّ جدًّا أنْ يرى الزّوج والأبناء من الزّوجة الأمّ استعدادًا دائمًا لاستقبال الضّيوف والتّرحيب بهم، فإنّ ذلك يعلي مكانة الزّوج كرجل ويُعلّم الأبناءَ الكرمَ، ويبثّ فيهم الثّقة بأنفسهم ويعلي من مكانتهم عند أقرانهم.

إنّ ضبط البرنامج الغذائي كمًا وكيفًا وتوقيتًا من شأنه أنْ يريح أفراد الأسرة صحيًّا ونفسيًّا، ويحقّق الانضباط العام في برنامج الأسرة اليوميّ، ويهيئ جوًّا اجتماعيًّا فريدًا يسهم في زيادة الألفة والمودّة بين أفراد الأسرة الواحدة.

وإذا نظرنا إلى الوجه الآخر، إلى بيتٍ يعاني من عدم انضباط برنامجه الغذائي كمًّا وكيفًا وتوقيتًا لسنوات طويلة، إلى ماذا سيئول أمره بعد فترة من حياة طويلة؟ قد يصاب الزّوج بمرض السّكري أو ضغط الدّم أو تصلّب الشرايين أو مشاكل بالجهاز الهضمي

أو البولي أو غيرها من الأمراض والأوجاع التي تتكالب على الإنسان مع تقدّمه في العمر، فسيرجع هذا الزّوج بذاكرته إلى الخلف وسيأتيه هاتف داخلي يلحّ عليه، [إنّ زوجتك لم تصنع لك طعامًا مناسبًا في كميّته ونوعيّته ولم تنظّم مواعيده جيدًا فكان ذلك من أسباب حالتك الصّحيّة المتردية، كما أنّ هذا الخلل في النظام الغذائي ألجأك كثيرًا لطعام معدّ بالخارج والذي فيه من الأضرار الصّحيّة ما فيه]، وتزداد الصّورة قتامة عندما يتلفت الأب إلى ولده البدين وابنته النّحيفة فيلحّ عليه شعور داخلي، [إنّ النّظام الغذائي المختلّ الذي نفّذته زوجتك هو السّبب الرئيسي إلى ما آل إليه حال الولد والبنت]، كلّ ذلك سيعكّر كثيرًا من صفو العلاقة الزّوجية، بعد سنوات عديدة من الزواج.

١٤ – برنامج نظافة البيت وترتيبه

إنّ البيت هو ميدان عمل المرأة الحقيقي الذي تثبت فيه ذاتها كأنثى وكملكة البيت المتوّجة، ولذا كان برنامج نظافة البيت وترتيبه هو عنوانَ المرأة الظّاهر الذي يعكس طبيعتها وشخصيتها. كما أنّ صفة التّنظيف والتّرتيب من الصّفات التي تكتسب بالاهتمام والحرص والمداومة، وهي صفة تستنقد الوقت وتريح الأعصابَ والنّفس وتسرّ الزّوج والأبناء، ومن قبل ترضي الله عز وجل.

وكي يصير البيت واحةَ الأبدان والوجدان للزّوج والأبناء،

وملاذًا آمنًا للرّاحة والاسترخاء، ينبغي على المرأة أنْ تحرص على إبقائه نظيفًا جميلًا مرتّبًا، وأن تتقن الأعمال المنزليّة من غسل الملابس أوّلًا بأول وكيّها بمجرّد جفافها ـ قدر الإمكان ـ وطيّها ووضعها في مكانها، والإلمام بالحياكة والتطريز وشغل الإبرة وبعض المهارات الفنيّة، وأن يكون لديها حسن استخدام أمثل للمساحات والإمكانات المتوفّرة.

ويقع عبء تنفيذ هذا البرنامج على الزّوجة أساسًا، ولكن، لا مانع من أنْ يقوم زوجها بدور ـ وإن قلّ ـ في هذا البرنامج، خاصّة إنْ كانت الزّوجة تمتهن عملًا خارج البيت مثله، كما أنّ للأبناء والبنات أدوارًا على قدر أعمارهم وقدراتهم.

وإذا أردت أنْ تعرف قدرَ نظام بيتك وترتيبه حاول أنْ تصنع ـ مثلًا ـ كوبًا من الشّاي في الظّلام، فإن استطعت فمطبخك مرتّب، وإن تمكّنت من التقاط ما تريد من أشياء وملابس وأغراض بسرعة ويسر وقتما تريد فبيتك منظّم..، وهكذا. والعكس إنْ كنت تريد ارتداءً ملابسك وبحثت عنها طويلًا أو وجدت صعوبة في العثور على ما تريد واستهلكت وقتًا فأنت في حاجة لإعادة ترتيب نفسك وبيتك.

ولكلّ مكان بالبيت خصوصيّة؛ لأنّ لكلّ مكان بالبيت وظيفة، كالتّالي:



١) غرفة النوم: لهذه الغرفة قدسيّة خاصّة تميّزها عن بقيّة غرف المنزل الأخرى، فهي تضطلع بمهامّ عظيمة الأثر في حياة الإنسان (راجع الكتاب الأوّل من هذه السلسلة). وحتى تقوم هذه الغرفة بمهامّها لزم لها تجهيز خاصّ بأثاث خاصّ وديكور خاصّ وإضاءة خاصّة وملابس خاصّة وأوقات خاصّة وحديث خاصّ. ولذا يجب ـ قدر الإمكان ـ احترام قدسيّة هذه الغرفة وخصوصيّتها، فلا تصبح مشاعًا لدخول وخروج واسترخاء ونوم أيّ فرد في الأسرة بخلاف الزّوجين، كما يجب الحرص على ترتيبها وتهويتها بمجرّد الاستيقاظ من النوم وقبل مغادرتها.

٢) غرفة المعيشة: هي أكثر الغرف استعمالًا واستهلاكًا بالبيت، ولذلك كانت أكثرها عرضة للاتّساخ وانخفاض مستوي النّظام بها. ومن أجل ذلك وجبت العنايّة بنظافتها وإعادة ترتيبها باستمرار.

٣) غرفة (أو غرف) الأبناء والبنات: هي ميدان أغلب أنشطة الأبناء، ففيها ينامون ويستذكرون ويلعبون ويستقبلون أصدقاءهم، وأحيانًا يتناولون بها وجبات خفيفة، ولذلك فهي لا تسلم أبدًا من الفوضى وقلّة النظافة. ورغم ذلك ـ ومن أجل ذلك أيضًا ـ يجب تنظيفها وإعادة ترتيبها أوّلًا بأوّل، فيكون للملابس مكان، وللأحذيّة مكان، وللّعب مكان، وللكتب مكان، وهكذا، كما يكون فيها لكلّ نشاط مكان فللنوم سرير، وللاستذكار مكتب،

وللّعب ركن، وهكذا، وبالمثل ينبغي أنّ يكون لكلّ نشاط وقته فللنوم ميعاد، وللاستيقاظ ميعاد، وللاستذكار ميعاد، وللّعب ميعاد، وهكذا. كما يحبّذ تزيين جدران هذه الغرفة ببعض اللّوحات الإرشاديّة والأدعية بشكل واضح جميل جذّاب. كما يجب مراعاة الفصل عند البلوغ بين الذكور والإناث قدر الاستطاعة وعلى الأقلّ في المضجع.

٤) غرفة الاستقبال (أنتريه + صالون + سفرة): يجب أنْ تكون غرفة الاستقبال منفصلة عن باقي غرف البيت قدر الإمكان، كأن يكون لها باب يُغلق أو ستارة تسدل عندما يوجد ضيوف، وجعلها مخصّصة للضّيوف قدر الإمكان، فلا يلعب بها الأطفال، ولا ينام فيها أحد. كما يجب الحرص على نظافتها أولًا بأوّل لتكون معدّة دائمًا لاستقبال الضّيوف حتّى ولو لم يكن هناك موعد سابق.

٥) المطبخ: إنّه المكان الذي تقضي فيه الزّوجة قاسمًا كبيرًا من وقتها، وهو المصنع الذي يخرج منه الطّعام الدّاخل إلى أجساد أفراد الأسرة كلّها، فهو أحرى الأماكن بالنّظافة والترتيب وإبادة الحشرات الزّاحفة والطّائرة والتخلّص من القمامة أولًا بأوّل. وينبغي أنْ يكون لكلّ شيء في المطبخ مكان محدّد لا يتغيّر، مكان يعرفه الجميع، حتّى إذا ما تغيّبت ربة البيت لا يعجز من بالبيت عن استعمال المطبخ وأدواته. ويجب الحرص على غسل الأطباق



والأواني بغير تسويف ووضعها في أماكنها ولا تترك لتتراكم وتصبح مرتعًا للفطريّات والبكتيريا والحشرات.

٦) الحمّام: هو أشدّ الأماكن بالبيت حاجة إلى التّنظيف والتجفيف والتّطهير والتهويّة وإصلاح ما يتلف فيه وإبادة الحشرات.

ومع توالي الأعوام سيكبر الأبناء من بنين وبنات ويتولّون جانبًا من هذا البرنامج فيتدرّبون على حياتهم المستقبليّة من ناحية، ويخفّفون الأحمال والأعباء عن الآباء من ناحية أخرى.

١٥ – برنامج صيانة البيت وتأمينه

لنْ يظلّ أيّ شيء على حاله مطلقًا، فدوام الحال من المحال، الجديد سيصبح قديمًا، والسّليم سيمسي معطوبًا، والبيت يحتاج إلى إصلاح الأعطاب التي تطرأ عليه، أعطاب في التّوصيلات الكهربائيّة والمائيّة والصّرف الصّحي، أعطاب في باب أو شباك، أعطاب في جهاز أو أداة، هذا أمر لا يسلم منه بيت.

كما يجب أنْ يكون البيت مؤمّنًا ضدّ السّرقة والحريق، ويحتوي على ما يلزم من أدوات ومعدّات لهذا النّوع من التأمين.

وإنّه من الأهمّيّة بمكان أنْ يتوافر بالبيت العدد الميكانيكيّة الأوليّة الأساسيّة اللازمة لإجراء عمليات الصّيانة المختلفة.

ومن المُستحسن لَمن سيقوم بأعمال الصّيانة المنزليّة أنْ يأخذ دورات صيانة من كهرباء وسباكة ودهان ونحوها؛ حتّى يستطيع



إنجاز بعض أعمال الصّيانة الخفيفة بعلم ودراية، وإذا لم يتوافر العلم أو الوقت أو كان العطبُ أكبر من الإمكانات فيجب اللّجوء إلى مختصّ يُصلح بدلًا من الترك الأعطاب أو إجراء محاولات إصلاح فاشلة مفسدة.

١٦ – البرنامج الصّحي

إنّ الصّحة هي أثمنُ ما يملكه الإنسان بعد معرفته بخالقه سبحانه وتعالى، والجسد أمانة عند صاحبه يجب صونها والحفاظ عليها، فالجسدُ هو الجزء المادّي الذي يمتطيه الإنسان ويتحرّك به ليؤدّي دوره المرسوم له في هذه الدّنيا، وكلّما كان صحيحًا معافًى استطاع الإنسان أنْ يسعى أفضل ويفعل أكثر؛ ولذلك كان من الأهميّة بمكان الاهتمام بأسباب الوقايّة من الأمراض، والمبادرة بالكشف الصّحي العام، وعدم الاستهانة بأيّ أعراض مرضيّة، والإسراع بالعلاج قبل تفاقم الأمراض، والزّيارات الدوريّة للأطباء وخاصّة أطباء الأسنان، حتّى ولو لم تكن هناك شكوى، والابتعاد عن أسباب الضّعف الصّحي من سهر مُفرط وتدخين، وممارسة العادات السيئة، وعدم اتّباع الأنظمة الصّحيّة في المأكل والمشرب والنوم، والتنبّه المبكّر لأيّ خلل نفسيّ أو عضوي وسرعة العرض على المختصّين.

كما أنّ هناك ضرورةً لعمل ملفّ صحّي يضمّ كلّ التّحاليل وصور الأشعّات وروشتّات الأطباء والتّقارير الطبيّة وغيرها لكلّ

فرد من أفراد الأسرة لتسهيل تتبّع تاريخهم الصّحي.

كما إنّه من الأهميّة وجود أجزخانة منزليّة تضمّ أدوات الإسعافات الأوليّة وبعض الأدوية الأساسيّة كمسكّنات الألم ومخفّضات الحرارة ومراهم لعلاج الحروق وضمّادات الجروح وغيرها، وأن يلمّ الأبوان وكبارُ الأبناء بمفردات الإسعافات الأوليّة، وتعلّم إعطاء الحقن وعلاج الجروح والحروق البسيطة وغيرها بأخذ دورات في هذا الشّأن.

ويجب الحرص على وجود قائمة حديثة تضمّ تليفونات وعناوين عددٍ من الأطبّاء بمختلف التخصّصات، وعلى الأخصّ أولئك الذين يقعون بالقرب من السّكن تحسّبًا لأيّ ظرف طارئ.

إنّ لكلّ مهنة بصماتها السّلبيّة على جسد صاحبها، وإنّه من الأهميّة اتّخاذ الأوضاع الصحيّة عند الحركة والسّكون أثناء العمل والنوم، وهكذا. فطالب العلم الذي يجلس طويلًا ليدرس ويستذكر يجب عليه استعمال مقعد يحقّق له الوضع الصّحيح لهيكله العظمي وجهازه الحركي، وله أنْ ينهض من مكانه كلّ فترة ويقوم بأداء بعض التّمرينات الرياضيّة لتنشيط الدّورة الدّموية، وعليه مراعاة الإضاءة السّليمة وعدم إجهاد العين والتّهوية الجيدة، وغير ذلك. وإنّ الذي يمتهن مهنة تعتمد على قوّة جسده يجب عليه الاهتمام

بالتغذيّة الصحيّة والاحتراز من حمل الأثقال بطريقة غير صحيّة أو حمل ما هو فوق قدراته. والذي يعمل في حقل الطبّ عليه توخّي الحذر من أنْ يصاب بعدوى تنقل إليه من مرضاه فتسبب له الأذي ثمّ يصبح هو مصدرًا آخرَ لعدوى غيره. والذي يعمل في مجال الجزارة أو النّجارة أو الحدادة أو الميكانيكا أو ما شابه من مهن تُستخدم بها أدوات ومعدّات تمثّل خطورة مباشرة على مستخدميها أنْ يتّخذوا كلّ الوسائل التي تحقّق الأمن والأمان أثناء مزاولة هذه المهن، وهكذا.

١٧ – برنامج النّوم والرّاحة والاسترخاء

النّوم نعمة تعيد للبدن نشاطه وحيويّته وقوّته. ويقضي الإنسان ما يقارب من ثلث عمره نائمًا، ولأنّ الوقت ليس من ذهب وفقط ولكنّ الوقت هو الحياة ذاتها؛ كان النّوم الزائد عن الحاجة إضاعة للوقت وخسارة للحياة. ومن هذا المنطلق يجب تحديد مواعيد النّوم والاستيقاظ بما يفي احتياج الجسم للرّاحة واستنقاذ العمر من الضّياع، مع الوضع في الاعتبار الآتي:

١ـ فترة النّوم الرئيسيّة تكون بالليل، فقد جعل الله عز وجل الليل سكنًا، فلا نوم يماثل نوم اللّيل من الناحيّة الطبيّة والنّفسية، وإنّه من الأمور الوبيلة التي أصابت البشر هذا الزّمان كثرة السهر ليلًا والنّوم نهارًا.



٢ـ الفترات الأخرى التي ينبغي أنْ ينعم فيها المرء بالرّاحة والاسترخاء هي:

أـ فترة ما بعد الغذاء مباشرة أو ما تسمى بالقيلولة.

ب ـ لا نوم عقب تناول وجبة العشاء مباشرة، بل قليل من مشي أو ممارسة أيّ لون من ألوان الرّياضة الخفيفة.

٣ـ عندما يحلّ ميعاد النوم ينبغي أنْ يكفّ الأبناء عن المذاكرة ولو لم تكتمل، وعن اللّعب ولو كان في قمّته، وعن الجلوس مع الضّيوف ولو كانوا من أحبّ الناس.

٤ـ توفير الأجواء الهادئة للنّائم أو طالب الرّاحة وألّا ينغّص عليه في نومه أبدًا، فلا صخب ولا لعب، بل همس وسكون.

٥ـ عدم إيقاظ الأبناء من النّوم قبل أنْ ينالوا حظّهم منه، مهما كانت الأسباب.

٦ـ تربيّة الأبناء على أمرين هامّين هما: أنّ للنّوم مكانه وأنّ له أيضًا وقته.

٧ـ تعويد الأطفال منذ عمر سنة واحدة أو أقلّ على النّوم بمفردهم وعلى أسرّتهم الخاصّة.

٨ـ كما أنّ للنّوم مكانًا هو السّرير، وزمانًا هو ميعاد النوم؛ فله أيضًا آداب كارتداء ملابس النّوم الخاصّة والوضوء وإطفاء المصابيح وتغطيّة الآنية، ونفض الفراش، والاضطجاع على

الشّق الأيمن، وقول الدّعاء المأثور عن النّبي صلى الله عليه وسلم [باسمك ربّي وضعت جنبي وباسمك أرفعه، فإن أمسكت نفسي فارحمها وإن أرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصّالحين].

> **وهناك وسائلُ كثيرة للاسترخاء وتجديد الطّاقة وبعث النّشاط والحيويّة منها الحمّام الدّفيء والجلوس باسترخاء على كرسيّ مريح في مكان هادئ بالبيت، وأخذ أجازة حين الحاجة للراحة من العناء المتّصل.**

إنّ البيت الذي ينعم بالهدوء هو ملاذ الراحة، ففيه تهدأ الأعصاب ويقلّ التّوتر ويخبو الانفعال، إنّ بيتًا كهذا يلجأ إليه الزّوجان استنجادًا من صخب المسئوليّات وتعب المشكلات، بخلاف ذاك البيت الذي يُفرّ منه لأنّ به الضّخب والتّعب.

١٨ – البرنامج الرّياضي

كانت الرّياضة ومازالت من أهمّ الوسائل لتقويّة الجسم وإراحة النّفس بالتّرفيه عنها وتهدئة الأعصاب وحفظ رشاقة الجسم ومرونته ولياقته وشغل الأوقات بما هو نافع ومفيد والمحافظة على الصّحة والوقايّة من السّمنة ومن العديد من الأمراض، وغير ذلك من الفوائد كثير.

إنّ ممارسة الرّياضة ليست ترفًا أنّ شئنا فعلناه وإن لم نشأ تركناه، وإنّما هي مستلزم من مستلزمات الحياة، وتمثل جزءًا من

ثقافة الإنسان وحياته لا يتجزّأ، مهما كان عمره وانشغال وقته. هذا بالإضافة إلى إنّه طريق لعبادة ربّنا لقول الرّسول الكريم صلى الله عليه وسلم في الحديث الذي رواه مسلم [المؤمن القويّ خير وأحبّ إلى الله من المؤمن الضّعيف، وفي كلّ خير].

على أفراد الأسرة اقتطاع وقت ولو بضع دقائق يوميّة أو سويعات أسبوعيّة لممارسة رياضة جماعيّة تضمّ كلّ أو جل أفراد الأسرة. فالرّياضة بصورتها الجماعيّة هذه تزيد من الألفة والقرب بين أفراد الأسرة، وتعلّمهم العمل معًا كمنظومة جماعيّة مترابطة، وهذا لا يمنع إطلاقًا من أنْ يكون لكلّ فرد في الأسرة رياضته المفضّلة التي يزاولها مع أقرانه وأترابه.

إنّ نوعَ اللّعبة الرّياضيّة ومدّتها وأساليبها تختلف من مرحلة عمريّة إلى أخرى، ومن جنس إلى آخر، فالصّغير غير الكبير، والبنت غير الولد، كما إنّه من الطبيعي أنْ يتأرجح ميل الصّغار بين ممارسة أنواع من الألعاب الرّياضيّة المختلفة حتّى يستقرّ بهم المقام إلى لعبة واحدة يجد فيها الصّغير نفسه ويستمتع بمزاولتها والصّبر عليها.

في أحيانَ عديدة قد تقف الإمكانات الماديّة حائلًا دون ممارسة بعض أنواع من الألعاب الرّياضيّة، ولكن هناك ـ لحُسن الطالع ـ قائمة طويلة من أنواع أخرى من الألعاب الرّياضيّة لا تستلزم مالًا

ولا تحتاج استعدادًا كبيرًا ـ كرياضة الجري مثلًا ـ كما أنّ الفضائيّات اليوم قد اكتظّت بكثير من برامج التدريب وممارسة الرّياضة الخفيفة التي من المُمكن تنفيذها بالبيت بيسرٍ وسهولة والاستفادة منها بطريقة محسوسة ملموسة.

١٩ـ البرنامج التّرفيهي

يحتاج الإنسانُ إلى فترةٍ من وقت للتّرويح والتّرفيه عن النفس، فترة تمثّل هدنة تلتقط خلالها الأنفاس، وتستريح أثناءها الأجساد، وتصفو بها الأذهان؛ حتّى تعاود نشاطها وتستكمل طريقها وتواصل أعمالها المثقلة بالمتاعب والصّعاب.

إنّ مزاولة أفراد الأسرة للتّرفيه بصورةٍ جماعيّة من شأنه إدخال السّرور على الجميع وزيادة الترابط والتآلف والتّواصل بينهم، ومن هذه الوسائل التّالي:

الرّحلة: تتنوّع الرحلات تنوّعًا كبيرًا، فمِن رحلة اليوم الواحد إلى رحلة الشّهر والشّهرين، ومن رحلة صيد سمك يتعلّم فيها الإنسان الصّبر والرّضا إلى رحلةٍ لزيارة أثر من الآثار تزداد فيها ثقافة الفرد وعلمه، ومن رحلةٍ ريفيّة تتّسم بالهدوء والاسترخاء إلى رحلة شاطئيّة تتّصف بالنّشاط والحركة، ومن رحلة كشفيّة شاقّة يعتمد فيها المرءُ على نفسه ويكتسب مهاراتٍ وآدابًا إلى رحلة خلويّة تهدف إلى الراحة والتريّض والاسترخاء، ومن رحلةٍ محليّة زهيدة

النّفقات إلى رحلة خارجيّة باهظة الكلفة، وهكذا. وكأنّ الرحلة بهذا المفهوم تعدّ وسيلة تعليميّة تثقيفيّة ترفيهيّة تدريبيّة رائعة.

الطّرفة: من الجميل أنْ يكون بين الزّوجيْن ومع الأبناء طرفة ودعابة تبعث على البسمة والضّحكة، وتضفي على الحياة المرح والفرح. إنّ هذه ليست دعوة للزّوجين والأبناء لتكون حياتهم كلّها ضحك في ضحك؛ فإنّ كثرة الضّحك كما قال النّبي صلى الله عليه وسلم تميت القلب، ولكنّ أفراد الأسرة ـ كبشر ـ في حاجةٍ لنسمات من ضحكات وبسمات، فلم ينْهنا النّبي صلى الله عليه وسلم عن الضحك؛ بل عن كثرته في الحديث الذي رواه الترمذي وصححه الألباني عندما قال: [لا تكثر الضّحك، فإنّ كثرة الضحك تميت القلب].

اللّعب: للعب آثارٌ نفسيّة جيّدة، كثيرًا ما يحرم الزّوجان أنفسهما منه بلا سبب وجيه مقنع، لقد فعلها مَن هو خيرُ الخلق صلى الله عليه وسلم عندما داعب زوجته الحبيبة «عائشة» ـ رضي الله عنها ـ بعدما فازت عليه في سباق عدو بالماضي ثمّ فاز بعد ذلك في سباق عدْو لاحق فقال لها صلى الله عليه وسلم: [هذه بتلك]. وكذلك اللّعب مع الأبناء، وفي حجرتهم، وبلعبهم العاديّة والإلكترونيّة، وبلغتهم، فذلك يذيب أفراد الأسرة كلّهم أو جلّهم في نسيج واحد.

الاحتفالات: يجب اغتنامُ أبسط الفرص للاحتفال بها مع الأسرة، فهناك احتفال عند نجاح الأبناء، واحتفال عند حفظهم

لجزءٍ من كتاب الله، واحتفال عند تعلّمهم رياضة جديدة، واحتفال عند ترقّي الزّوج أو الزّوجة في العمل، واحتفال بقدوم شهر رمضان والعيدين، واحتفال بـ .....، واحتفال بـ ......

الهوايات والأنشطة: يحتاج الإنسان إلى استقطاع أوقات دوريّة لممارسة هوايات وأنشطة سواء في منظومةٍ جماعيّة تضمّ الأسرة أو الأصدقاء أو بطريقة فرديّة، ويمارس الإنسان الهواية التي يجد فيها راحته وينشد بها متعته حتّى يعود إلى نشاطه بنشاط.

ومن الطّبيعي أنْ تتغيّر هذه الهوايات والأنشطة مع تقدّم المرء في العمر؛ لأنّ الاهتمامات تتغيّر والمسئوليّات تكثر، والأولويّات تتبدّل.

إنّ أنشطة التّرفيه كثيرة، وإنّ اتّفاق أفراد الأسرة على الاستمتاع بها معًا لأمرٌ بديع رائع يجب الحرص عليه، ولو من الحين والآخر.

٢٠ـ برنامج تزويج الأبناء

بعد رحلةٍ طويلة جفّ فيها العمر، وذيق فيها الشّهد والمرّ من أجل تربيّة وتعليم الأبناء، حتّى صاروا شبابًا وفتيات؛ آنَ أوان فراقهم وإعلانُ تمام استقلالهم كأزواج وزوجات، وهذا شأن الدّنيا، كما قال جبريل سبحانه وتعالى للنّبي صلى الله عليه وسلم: [... أحببْ مَن شئت فإنّك مفارقه...].

والزّواج مفرقُ طريق، إنْ حسنَ واستقرّ طابَ واستمرّ، وبشّرَ بمستقبل واعد، وإنْ ساء وتوتّر خاب ودمّر، وأنذرَ بمستقبل قاتم، ورغم ذلك ترك كثيرٌ من الآباء ثمرات قلوبهم وفلذات أكبادهم يتزوّجون دون أنْ يكون لهم في ذلك دور الموجّه والنّاصح والمعين، أو لعبوا أدوارًا بغير علم ودرايّة وحكمة، فكان توجيهًا مَعيبًا ونصحًا حيّيًا وعونًا مبتسرًا، أو غضّوا الطّرف عنه وتركوا المركب يسير تتقاذفُه الأمواج والأهواء.

إنّه البرنامجُ الذي يظهر في الحياة بعد مرور حوالي عقْدين من الزّواج حينما يبدأ الخطّاب في طرق الأبواب، يطلبون الزّواج من البنات، وتتّجه أنظارُ البنين وقلوبهم لخارج البيت بحثًا عن شريكات الحياة. وفي الغالب سيكتشف الآباءُ والأمّهات آنذاك أنّ لكلّ فردٍ في الأسرة رؤيته الخاصّة عن الزّواج، فالأب له تصوّره الخاصّ عن عريس ابنته وعروس ابنه، والأمّ لها رؤيتها الخاصّة بالنسبة لهما أيضًا. وكذلك بالمثل فالابنُ والابنة لهما تصوّرهما الخاصّ عن شريك الحياة وعن استعدادات الزّفاف وشكل عشّ الزّوجية، وقد تتضارب الرّؤى والتصوّرات بين القبول والرّفض لشخصيات دون شخصيّات وأحوال دون أحوال، ممّا قد يؤثّر سلبًا على إبرام الاتفاقيّات الملازمة لعقد الزّواج أو على العلاقة الزّوجيّة الجديدة حينما تنشأ.

... إنّه اكتشاف مفاجئ جاء بعد أكثر من عقْدين من عمر زواج الآباء، وبعد لحظة من تصريح الأبناء برغبتهم في الزّواج من فتيات بعينهنّ، ومن أقلّ من دقيقتين من وقت تقدّم الخطّاب للبنات.

ولتلافي حدوث هذا الاكتشاف المرير الأليم يجب عقدُ جلسات يستمع فيها الأبـوان لأحلام وأفكار أبنائهم من الشّباب والبنات المُقبلين والمُقْبلات على الزّواج، يسردون تصوّراتهم عن أزواج وزوجات المستقبل، عبْرَ حوارات يزكّيها الحبّ ويملؤها الاحترام لتقريب الرّؤى وتصويب المفاهيم. كما يجب حضور الشّباب والفتيات دوراتٍ ومحاضرات لتأهيلهم للزّواج، يتعرّف الشاب على أسس اختيار العروس، وتتعلّم الفتاة أسسَ قبولها بالعريس، ويطّلع فيها كلّ جنس على ما يجب أنْ يعرفه عن الجنس الآخر من طباعه وطرائق تفكيره وأفضل الأساليب للتّعامل معه وغيرها من المعلومات الهامّة استعدادًا لخوض غمار حياة زوجيّة جديدة كلّها أمل في أنْ تكون سعيدة هنيئة. ومن الأفضل أنْ يحضر الآباء والأمّهات هذه الدّورات جنبًا إلى جنب مع أبنائهم حتّى يسهل التّقارب والاتّفاق، ويعرف كلّ منهم دورَه وحدوده في آليّات الخطبة وعقد الزّواج وإتمام الزفاف وما بعده.

٢١ـ برنامج برّ الوالدين

ليس الزّواج - كما تجسّده بعضٌ من وسائل الثّقافة والإعلام ارتباطًا بين رجل وامرأة وحسب، ولكنّه في حقيقته ارتباط بين عائلتين، ينتج عنه نسبٌ وصهر وذريّة جديدة، يكون لها أجداد وجدّات، وأعمام وعمّات، وأخوال وخالات، إنّه ميلادٌ لقربات لم تكن موجودة من قبل، وتحوّل محرّمات إلى حلائل أو محارم.

إنّ الزّواج لا يعني الارتباط بشريك حياة بقدر ما هو ارتباط بأسرة هذا الشّريك

وإنّه من الأهميّة بمكانٍ اتّفاق الزّوجيْن منذ البدء على شكل العلاقة بوالديهما وطبيعتها وترسيم حدودها وقدر التّداخل والتدخّل في حياتهما دون مبالغة أو جور، دون التّجاهل التّام لوجود الكبار، ودون التدخّل النّخاعي لهم في شئون الزّوجين. إنّ هذا لا ينفي ضرورة وجود كبار في حياة الزّوجيْن حتّى يُرجع إليهم حين وقوع الخلاف، فدورُ الكبار رمّانة ميزان للحياة الزوجيّة الجديدة، أو هكذا من المفترض أنْ يكون.

إنّ حقوق الأمّ كثيرة، فقد نشأ الإنسان فيها جنينًا، وصوّره الله كيف يشاء في رحمها، وأرسل ملاكًا نفخ فيه الرّوح بأمره وهو

في أحشائها، وجعلها الله مصدرًا لطعامه وشرابه، ومقلبًا لفضلاته ونفاياته، وفي الوقت المقدّر أخرجه منها فصار وليدًا لا يستطيع الاستغناء عنها، كان صدرُها غذاء بدنه وحنانها غذاء نفسه، كان ضعيفًا فتقوّى بها، وصغيرًا فكبر منها، رعَتْه عيناها ويداها وقلبها في سكونه وحركته، فقامت ليلًا لرعايته مريضًا، ونهارًا لمعاونته محتاجًا، تحمّلت دون شكوى وعانت دون نجوى، بكاؤه يحزنها ويؤلمها، وبسمته تسعدُها وتحييها، أنفقت ربيعَ عمرها عليه، وذهبت عافيتها من أجله، ولم تطلب من الله سبحانه وتعالى شيئًا سوى أنْ تراه قرة عين لها.

... وكذلك الأب أيضًا، ولكن بدرجة أقلّ، بالطّبع.

لا خيرَ يرتجى من إنسان لا يصل والديه..
ولا خيرَ في شريك حياة لا يعين شريكه على ذلك.

في تفسيره للآية القرآنيّة (وقضى ربّك ألّا تعبدوا إلّا إيّاه وبالوالدين إحسانًا...) (الإسراء، ٢٣) كتب صاحب الظّلال ما يلي:

[... إنّ الحياة- وهي مندفعة في طريقها بالأحياء- توجّه اهتمامهم القويّ إلى الأمام، إلى الذّرية، إلى النّاشئة الجديدة، إلى الجيل المقبل، وقلّما توجّه اهتمامهم إلى الوراء، إلى الأبوّة، إلى الحياة المولية، إلى الجيل الذّاهب، ومن ثمّ تحتاج البنوّة إلى استجاشة



وجدانها بقوّة لتنعطف إلى الخلف، وتتلفّت إلى الآباء والأمّهات.

إنّ الوالدين يندفعان بالفطرة إلى رعاية الأولاد، إلى التضحيّة بكلّ شيء حتّى بالذات، وكما تمتصّ النّابتة الخضراء كلّ غذاء في الحبّة فإذا هي فتات، ويمتصّ الفرخ كلّ غذاء في البيضة فإذا هي قشر، كذلك يمتصّ الأولاد كلّ رحيق وكلّ عافيّة وكلّ جهدٍ وكلّ اهتمام من الوالدين فإذا هما شيخوخة فانية ـ إنْ أمهلهما الأجل ـ وهما مع ذلك سعيدان!

فأمّا الأولاد فسرعان ما ينسوْن هذا كلّه، ويندفعون بدورهم إلى الأمام، إلى الزّوجات والذّرية، وهكذا تندفع الحياة.

ومِن ثمّ لا يحتاج الآباء إلى توصية بالأبناء، إنّما يحتاج هؤلاء إلى استجاشة وجدانهم بقوّة ليذكروا واجبَ الجيل الذي أنفق رحيقه كلّه حتّى أدركه الجفاف].

يروى أنّ رجلا جاء إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم ذاتَ يوم وهو يشكو إليه عقوق ولده، فقال: يا رسول الله كان ضعيفًا وكنت قويًّا، وكان فقيرًا وكنت غنيًّا، فقدّمت له كلّ ما يقدّم الأبُ الحاني للابن المحتاج، ولمّا أصبحت ضعيفًا وهو قويّ، وباتَ غنيًّا وأنا محتاج؛ بخلَ عليَّ بماله، وقصّر عنّي بمعروفه، ثمّ التفت إلى ابنه منشدًا:

غذوتك مولــودًا وعلتك يافعًا	تعـلّ بما أدني إليــك وتنهــل
إذا ليلةٌ نابتك بالشّكوى لم أبت	لشكواك إلّا ساهــرًا أتململ
كأنّي أنا المطـروق دونـك بالذي	طرقــت به وعيني تهمــل
فلمّا بلغت السنّ والغاية التي	إليها مدى ما كنتُ منك أؤمّـل
جعلت جزائي منك جبهًا وغلظة	كأنك أنـت المنعـم المتفضّل
فليتك إذْ لم ترعَ حقّ أبوّتي فعلت	كـما الجـــار المـجاور يفعـل
فأوْليتني حقّ الجــوار ولم تكُ	عليّ بمـال دون مالك تبخـل

فبكى رسول الله صلى الله عليه وسلم وقال: ما من حجرٍ ولا مدر يسمع هذا إلّا بكى، ثمّ قال للولد: أنت ومالُك لأبيك.

إنّ للمسنّين احتياجات نفسيّة قريبة الشّبه بالاحتياجات النفسيّة للأطفال الصّغار... (ومَن نعمّره ننكّسه في الخلق) (يس، ٦٨).. فالأطفال لا يعبأون بشيء قدْرَ تلبيّة احتياجاتهم الأساسية، بغضّ النّظر عن ظروف مَن حولهم، فالرّضيع يبكي في منتصف اللّيل طالبًا رضعته غير عابئ بما يصيب والديه من كدر في النّوم، وكذلك الطّاعن في السنّ أيضًا قد لا يضع في اعتباره راحة مَن حوله قدر ما يهتمّ بقضاء احتياجاته الأساسيّة، تمامًا مثل الأطفال الصّغار، كما قد يغضب المسنّون لأتفه الأسباب ثمّ سريعًا ما ينسون ما يغضبهم، تمامًا مثل الأطفال الصّغار، كما قد لا يكترث المسنّون كثيرًا

بهندام ملابسهم ولا بجمال مظهرها قدْرَ اهتمامهم بما تبعثه هذه الملابس من راحة، تمامًا مثل الأطفال الصّغار

... أو قد يكونون على النّقيض من ذلك، دائبي التّضحيّة من أجل أبنائهم وأحفادهم، كشمعة تحترق لتضيء للآخرين.

إنّ المسنّين يكثرون من الحديث عن الماضي، وخير الماضي، وإنجازات الماضي، وشخصيات الماضي؛ فهم ـ في أغلب الأحيان ـ يعيشون الحاضر بعقل الماضي وقلب الماضي، ولذلك يجب مراعاة طبيعة وخصائص المرحلة العمريّة لهؤلاء المسنّين.

حنين أليم:

إنّ من صفات المرأة التي غالبًا ما تثير حنق الرّجل هي حنينها وشوقها المتجدّد والمتعطش لبيت أبيها، فتتردّد عليه كثيرًا وتقيم به طويلًا، ربما يكون في ذلك رسالة إلى الزّوج مَفادها أنّ زوجتك لا تستريح ببيتك!، فعدّل من نهجك وغيّر من أسلوبك وطريقة كلامك لتجعل منك ومن بيتك مبعثَ راحة لزوجتك. وربّما أيضًا يكون حنينُ المرأة لبيت أبيها مبعثَه سوء إدراك المرأة لمسئوليّاتها الزوجيّة الجديدة أو شعورها بعدم الكفاءة لإدارة بيتها، وتحتاج دعمًا من الخارج، أو فرارًا من تحمّل المسئوليّة، وغير ذلك.

... وأيًّا كان السبب ...

فهذا عيبٌ يجب معرفة أسبابه والعملُ على القضاء عليه، فليس للمرأة بعد زواجها إلّا بيت زوجها ما دام قد توافرت به مستلزمات



الحياة الأساسيّة من فرش ومتاع وطعام وكساء، ولا يمنعها ذلك من برّها بوالديها أبدًا، ولكنّ بيتها ينبغي أنْ يكون في المقام الأوّل.

> **الزّوجة الكريمة، قد يحدّ زوجك ـ أو يمنعك ـ من زيارة أهلك لأسبابٍ يراها هو معقولة مقبولة منطقيّة، وأنّه بالبحث وراء هذه الأسباب قد نجد أنّ لك دخلًا في هذا الأمر، كأن ـ مثلًا ـ ترجعين من عند أهلك إلى بيت زوجك بغير الوجْه الذي ذهبت به، بوجهٍ عابس غاضب عاص، فيدخل في روْعه أنّ ذهابك إلى بيت أبيك يغيّر منك إلى الأسوأ، وأنّ من حقّه تحصين البيت من الشّرور ومنع الأضرار من القدوم فيضيق عليك زياراتك لأهلك.**

إنّ أولى النّاس باهتمام الرّجل هي أمّه ثمّ أبيه فزوجته وأبناؤه، وإنّ أولى النّاس باهتمام المرأة هو زوجها.

فلقد قسم الله سبحانه وتعالى للرّجل أنْ يكون مفتاح جنّته بيد امرأة، هي أمّه، فعليه الاجتهاد لكسب رضاها، وأن يمسك بمفتاح جنّة المرأة رجل، هو زوجها، فعليها أنْ تدأب لتحوز رضاه.

عليه بالسّعي لنيْل رضا أمّه، وعليها بالعمل على نيْل رضا زوجها



عبادة مستنكفة:

قد تستكثر المرأةُ قربَ زوجها العاطفي من أمّه وأبيه، وودّه لهما وبرّه بهما، والواقع أنّه لا يعيب الرّجل أنّه بارٌّ بوالديه، بل يشرّفه أنّ الله عز وجل ألقى في قلبه القيامَ بهذه العبادة، والزّوج الذي يبرّ والديه جديرٌ بأن تفرح به زوجته؛ لأنّها ضمنت زوجًا رحيمًا شفوقًا يرجى منه برّه بها، أمّا الرّجل المنكر لفضل أمّه وأبيه فسيسهلُ عليه أنْ ينكر فضل زوجته، فالتنكّر لأهل الفضل رذيلة إنْ وجِدَت في امرئ أمسى غيرَ أمينٍ على كلّ مَن له فضل عليه.

تأبى الزّوجة ـ كشريكة حياة ـ اشتراكَ أحد معها في زوجها، وهذا حقّها، ولكن ذلك لا ينطبق على أمّ زوجها وأبيه. إنّ الزّوجة التي تعتقد أنّ زوجها أصبح مُلكًا خالصًا لها، وأنّها بوقوفها في مواجهة أهله سيجعل زوجها لها وحدها لزوجةٌ ساذجة سطحيّة لا تملك ذكاءً اجتماعيًّا، وفيها من ضيق الأفق وخبث الطّباع ما فيها، لقد نسيت أنّه سيأتي اليوم الذي ستلعب فيه دور الحماة، فالأيّام تدور دورتها، والشّواهد من حولنا أكثر من أنْ تحصى، فكمْ من امرأة ضاقت وضيّقت على حماتها فأرسل الله سبحانه وتعالى لها زوجة ابن أذاقتها مرارةَ ما صنعت من قبل، مصداقًا لقول أحمد شوقي في سينيّته:

وإذا فاتك التفاتٌ إلى الماضي فقد غاب عنك وجه التّأسّي

إنّ الغيرة التي قد تشعر بها الزّوجة تجاه حماتها هي غيرةٌ في غير محلّها، غيرة تؤذي ولا تحفظ، تجرح ولا تحمي، غيرة مبعثُها ضعف ثقة الزّوجة بنفسها، وانخفاض شعورها بالاعتزاز بذاتها، فليس للرّجل في هذه الدّنيا امرأة تكافئ زوجته حتّى وإن لم يتلفّظ بذلك، إنّها زوجته، وأمّ أبنائه، وهي السّكن والدّفء، وإنه ينالُ منها ما لا يناله من أيّ امرأة أخرى من نساء العالمين، فكيف تقارن الزّوجة نفسها بأمّ زوجها.

أيّتها الزّوجة الفاضلة، إنّ أمّ الزّوج سيّدة تمثّل الماضي، وأنت تمثّلين المستقبل، وجمعكما الحاضر، ومن جميل الأخلاق ألّا ننسى أبدًا فضلَ الماضي وتضحية الماضي وبذل الماضي، ولا نعكّر صفو الحاضر وجَمال الحاضر ورونقَ الحاضر، فما أنت فيه الآن ـ أيّتها الزّوجة ـ مِن تنعّم بزوج هو بفضل تضحيّة وبذل هذه السّيدة الكبيرة.

... وكذلك أيضًا أمّ الزّوجة بالنسبة للرّجل.

النّتيجة الحتميّة للتوتّر وتبادل الإهانات:

واقعُ الحياة يخبرنا أنّ هناك صنفًا من الحموات يصعب التّعامل معه، نعم يصعب، ولكن ليس من المستحيل، إلّا في النّادر القليل.

لا يقبل الرّجل السويّ أيّ إهانة توجّه إلى أمّه من زوجته ـ أو غيرها من النّاس ـ مهما كان برّه بها باردًا؛ فلا ينبغي للزّوجة

أنْ تؤذي مشاعر زوجها بازدراء أهله أو انتقاصهم، فذلك يؤدّي إلى شعوره بامتهانِ رجولته، ومن ثمّ نفوره منها وإهانتها، وكذلك الزّوج أيضًا مع زوجته.

وإذا ذكرت المرأةُ لزوجها عيوبَ أمّه، أو دفعته ليبتعد عنها، وحضّته على عدم برّها، أو حرّضته على أخذ حقّها منها، أو الإساءة إليها؛ فما الذي تتوقّعه منه؟ حبّ وودّ!!؟ أم هجر وبعد؟ وهل سيقف الرجل متفرّجًا على زوجته وشريكة حياته وهي تهين أهله؟

كما إنّه من الطّبيعي أنْ تتألّم المرأة ويتفطّر قلبها حزنًا وهي تسمع زوجها وشريك حياتها يهين أهلها ويدفعها لعدم برّها بهم وتجاهل التّعامل معهم.

إنّ الرّجل الذي يريد أنْ يحيا حياةً كريمة لا بدّ له من إكرام زوجته، فكرامتُها من كرامته، أمّا الذي يعمد إلى إهانة أهلِ زوجته إنّما يحطّ من كرامة زوجته، ويحطّ معها من رجولته وكرامته. وإنّ المرأة التي تريد أنْ تعيش معزّزة لا بدّ لها من إعزاز زوجها؛ لأنّ في عزّه عزّها. أمّا التي تعمد إلى إغضاب أهل زوجها إنّما تجلب إهانةً لزوجها وانتقاصًا من رجولته، فينعكس أثرُ ذلك على معاملته معها وما يشوبها من إهانة وتجريح وازدراء وتوتّر فتتآكل أنوثتها وتخبو عاطفتها.

لا مجال لتلافي المشاكل مع الحما والحماة إلّا بالتّراحم ومحاولة الإحساس بمشاعرهما وليس بالضّرورة فهمها، ففي الغالب لا

يستطيع الإنسان أنْ يفهم تمامًا وضعًا لم يجرّبه قط. إنّ الأمر ليس صراعًا بين قديم وحديث؛ ولكنّه صراع بين ما اعتاده إنسان وما يرغب أنْ يعيشه إنسان آخر يعيش معه أو جواره، صراع بين حياة تبدأ وحياةٍ أخرى في طريقها إلى الأفول.

مصارعة الثّيران:

من الظّلم أنْ يعاقب الرّجل زوجته لأنّ إساءةً نالته من أهلها، أو تحاسب المرأة زوجها على إهانة طالتها من أهله، إنّه توجيهُ الغضب إلى غير وجهته الصّحيحة، وتحميل شخصٍ عواقب أفعال ارتكبها شخص آخر، وفي هذا ظلمٌ بيّن، ولا ينتهي ظلم بخير أبدًا. لقد أراد الله سبحانه وتعالى ـ بعدله ـ أنْ يكون كلّ إنسان مسئولًا عمّا يقول ويفعل، وليس هناك مِن بشرٍ سيُسأل يوم القيامة عن قولِ وفعلِ غيره، ولكن سيسأله الله سبحانه وتعالى عن قوله وفعله هو فقط، (كلّ نفس بما كسبت رهينة) (المدثر، ٣٨).

إنّ الذي يوجّه ضيقه وغضبه إلى غير الوجهة الصّحيحة كمثلِ ثورٍ في حلبة مصارعة يناطح في غير مَن يصارعه، يناطح ثوبًا من قماشٍ زاهي الألوان ويترك حامله ومحرّكه، فسينتهي كما ينتهي الثّورُ، صريعًا مضرجًا في دمائه، تجرّ جثّته الخيول إلى خارج الحلبة وسطَ تصفيق المشاهدين المستمتعين بتعذيبه وقتله.

عقوق الآباء مضيّع لحقوق الأبناء:

يمنحُ الأجداد أحفادهم نوعًا مختلفًا من العواطف غير ذاك النّوع الذي يمنحه الوالدان، نوعًا فيه كلّ دفء وحبّ وحنان ورقّة وتواضع وخضوع.

إنّ رؤيّة الأبناء لآبائهم وهم طائعون لأجدادهم متصاغرون لهم متضاءلون أمامهم تعلّمهم قيمة الكبير وثقل الكبير وأهميّة الكبير، وأنّه هكذا يصنع الصّغير مع الكبير، إنّه درس عمليّ وقدوة واضحة لا تحتاج إلى شروح ومقالات. كما أنّ من حقّ الأبناء الاستفادة من وجود كبار لآبائهم ليرجعوا إليهم حال وجود خلافات بينهم وبين آبائهم، ويحْتموا بهم عند الاحتدامات وتصاعد وتيرة السّيطرة الوالدية، إنّهم أفضل وأرْوع وأجمل وأرقّ حائطِ صدٍّ ضدّ الآباء عندما تلتهب العلاقة بين الآباء وأبنائهم.

فللجدود أدوارٌ لا تغفل أهميتها، ولا يستهان بثقلها في حياة أحفادهم.. فكيف سيؤدّي الجدود هذه الأدوار على وجهها الصّحيح وقد تأثّرت العلاقاتُ بالخلافات!!؟ ثمّ أليس من حقّ الأبناء الاستفادة والاستمتاع بكون عندهم جدّ وجدّة؟

على الرّجل أنْ يكون قدوةً في معاملة أمّ زوجته في برّها ووصالها والإحسان إليها قبل أنْ يطلب من زوجته أنْ تبرّ أمّه.

الكذبُ مباح في تحسين العلاقات الاجتماعيّة والعائليّة وإصلاح ذات البين، فعلى الزّوجيْن حسن استخدامه عند الضّرورة حينما لا يفيد غيره في تصفيّة أجواء الأسرة.

الزّوجة الكريمة، ادفعي زوجك ليبرّ أمّه أكثر عسى الله أنْ يكرمك ابنك أمام زوجته، وانتهزي فرصة حياتِها لتزيدي صلتك بزوجك عن طريق إحسانك لأمّه، فالأعمارُ تقديرها بيد الله، وإنّ دوام الحال من المحال.

٢٢ـ برنامج صلة الرّحم

في هذا البرنامج من الضّروري تذكّر التّالي:

صلة الأرحام عبادة يتقرّب فيها الإنسان إلى ربّه لنيل رضاه وجنّته ويبتعد بها عن غضبه وجحيمه، فعن السّيدة «عائشة» ـ رضي الله عنها ـ قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم في الحديث الصّحيح المتفق عليه: [الرّحم معلّقة بالعرش تقول: مَن وصلني وصله الله، ومَن قطعني قطعه الله].

صلة الرّحم من أسباب سعة الرّزق، ففي صحيح البخاري قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: [مَن سرّه أنْ يبسط في رزقه أو ينسأ له في أثره فليصلْ رحمه].

صلةُ الرّحم حقّ من حقوق الزّوجيْن، وهي واجب في نفس الوقت، حقّ لكون الزّوجيْن في حاجة إلى الاستمتاع والاستفادة



من وجود أقارب، وهو واجبٌ عليهما تجاه الأقارب ليمتعوهم ويفيدوهم. والاستمتاع هنا استمتاع صحبة ومودّة، والإفادة هنا في تقديم الخدمات وقضاء المصالح وتخفيف الأعباء.

صلةُ الأرحام حقّ من حقوق الأبناء، فالأقارب يمثّلون للأبناء دعمًا وتأييدًا ومساندة لا غناء عنهم أبدًا.

وجزاءُ قاطع الرّحم كبيرٌ مرير، فقد جاء رجل الى النبى صلى الله عليه وسلم فقال له: [إنّ لى قرابة أصلهم ويقطعوني، وأُحسن اليهم ويسيئون إليَّ، وأحلمُ عنهم ويجهلون عليّ، فقال: لئن كنتَ كما قلت فكأنّما تُسفّهم الملل (الرّماد الحارّ) ولا يزال معك من الله ظهيرٌ عليهم، ما دمت على ذلك] (رواه مسلم).

من أسباب عدم صلةِ الرّحم ضعفُ التديّن بوجهٍ عام، والجهل بفضل صلة الرّحم وعاقبة قطيعتها، والكِبر، واتّباع الوالدين في مشاعرهم السّلبيّة تجاه الأقارب، وطول الانقطاع الذي يعسر التّواصل ويولّد الوحشة، والشّعور بالعبء النّفسي أو المادي لو أنّ هناك تكلّفًا أثناء الزيارة، والخوف من اطّلاع أرحامه على حالِه خشيّة الحسد، ووجود خلافات على أمور كالميراث مثلًا، والانشغال بالدّنيا ممّا يجعل الإنسان لا يجد وقتًا للتّواصل، وبُعد المسافة بين الأقارب ممّا يولّد التّكاسل عند الزّيارة، ونسيان دعوة

الأقارب في المناسبات، وكيد النّساء من زوجات وقريبات والذي يمتدّ إلى الرّجال فينال من صلة الأرحام، كما قد يكون السّبب سوءَ التّعاملات الماديّة، وغير ذلك من الأسباب كثير.

الأمورُ المُعينة على صلة الرّحم معرفة ما أعدّه الله للواصلين من ثواب، وما توعّد به القاطعين من عقاب، ومقابلة الإساءة منهم بالعفو والإحسان، وقبول اعتذارهم عن الخطأ الذي وقعوا فيه، والتّواضع ولين الجانب، والتّغاضي والتّغافل، وفهْم نفسياتهم، وإنزالهم منازلهم، وغير ذلك من الخيرات كثير.

٢٣ـ برنامج العلاقة مع الجيران

لحُسن الجيرة بُعدٌ إنسانيّ رائع، يؤثّر تأثيرًا بليغًا في حياة البشر، فهو يزيد من التّراحم والتّعاطف، ويعمّق من التآلف والتوادّ، ويشيع المحبّة والترابط، وبه يتمّ تبادل المنافع وقضاء المصالح واستقرار الأمن واطمئنان النّفوس وسلامة الصّدور، فتطيب الحياة، وتنصرف الهمم إلى الإصلاح والبناء والسّعي نحو الرقى والتقدّم.

وقد كان العرب يتفاخرون بصيانتهم أعراض جيرانهم كقول أحدهم:

نـاري ونـارُ الجـار واحدة ... وإلـيـه قَـبْـلي تـنـزل القـدر

ما ضرّ جـار لي أنّي أجـاوره ... أن لا يكـون لبابه ستـر

أعمى إذا ما جـارتي برزت ... حتّى يـواري جـارتي الخـدر

وقديمًا قيل «الجار قبل الدّار»، فالدّار الطّيبة الواسعة تضيق بساكنيها إذا ابْتلوا بجار سوء، والدّار الضيّقة البعيدة تطيب لساكنيها إذا حظوا بحسن الجوار.

إنّ الجار الحسن يُشترى بالثّمين، بينما الجار السّوء يباع بالبَخس المهين. يحكى تراثنا الإسلامي أنّ «أبو الجهم العدوي» باعَ داره بمائة ألف دينار، ثمّ قال للذين اشتروه: بكم تشترون جوار «سعيد بن العاص»؟ فقالوا: وهل يشترى جوار قط؟ قال: ردّوا عليَّ داري، وخذوا دراهمكم، والله لا أدع جوار رجل إنْ فقدتُ سألَ عنّي، وإنْ رآني رحّب بي، وإنْ غبت حفظني، وإنْ شهدت قرّبني، وإنْ سألتُه أعطاني، وإنْ لم أسأله ابتدأني، وإنْ نابتني جائحة فرّج عنّي. فبلغ ذلك «سعيدًا» فبعث إليه بمائة ألف درهم.

وعلى النّقيض من ذلك، بيّن لنا تراثنا أيضًا أنّه كان لـ «أبي الأسود الدّؤلي» جيرانٌ بالبصرة يخالفونه في الاعتقاد، ويؤذونه في الجوار، ويرمونه في اللّيل بالحجارة، ويقولون له: إنّما يرجمك الله تعالى، فيقول لهم: كذبتم، لو رجمني الله لأصابني، وأنتم ترجمونني ولا تصيبونني. ثمّ باع الدار، فقيل له: بعتَ دارك؟ قال: بل بعت جاري.



وصدق الشّاعر بقوله:

يلومونني أنْ بعت بالرّخص منزلي ... ولم يعرفوا جارًا هناك ينغّصُ

فقلت لهم كفّوا الملام فإنّها ... بجيرانها تغلو الدّيار وترخص

إنّ حقوق الجار كثيرةٌ، منها التعرّف عليه عندما يحلّ بالجوار، وبدؤه بالسّلام إذا خرج أو دخل، ومشاركته أفراحه وأتراحه، وزيارتُه إذا أصابه أو أصاب أحد من أهله مرض، وتفقّده إذا غاب، وألّا يُتَجسّس ولا يُتَحسّس عليه، والاستجابة لدعوته، وصيانة حرمته، وإعانته عند الشّدائد، ومواساته عند المصائب، وستر عيبه، والإحسان إليه، وتشييع جنازته حين وفاته، حتّى إنّه لا يكاد يبقى من الأعمال شيء إلّا أنْ يشارك ورثة الجار في ميراثهم، كما قال الحبيب صلى الله عليه وسلم: [وظلّ «جبريل» يوصيني بالجار حتّى ظننت أنّه سيورّثه].

لقد ورد في هذه الواجبات حديثٌ عن النّبي صلى الله عليه وسلم أنّه قال: [مَن أغلق بابَه دون جاره مخافة على أهله وماله فليس ذلك بمؤمن، وليس بمؤمن مَن لم يأمَن جارُه بوائقه. أتدري ما الجار؟ إذا استعانك أعنته، وإذا استقرضك أقرضته، وإذا افتقر عدتَ عليه، وإذا مرض عدتَه، وإذا أصابه خير هنّأته، وإذا أصابته مصيبة عزّيته، وإذا مات اتّبعت جنازته، ولا تستطيل عليه بالبنيان فتحجب عنه الرّيح إلّا بإذنه، ولا تؤذه بقُتَار قدرك إلّا أنْ تغرفَ له منها، وإن اشتريت

فاكهة فأهدِ له، فإنْ لم تفعل فأدْخِلها سرًّا، لا يخرج بها ولدُك ليغيظ بها ولدَه] رواه الخرائطي في مكارم الأخلاق. وروى مثله الطّبراني عن «معاوية بن حيدة» رضي الله عنه.

لا يقتصر الجوار على جوار السّكن وفقط، وإنّما يتّسع مجال الجيرة ليشمل أيضًا جار العمل وجار السّوق وجار الحقل، إلخ. وهناك الجارُ القريب والجار البعيد، والجارُ الأقرب يقدّم على ذلك الأبعد.

وإنّه من الجميل أنْ يفي أفرادُ الأسرة كلّهم بحقوق الجيران، كلّ مع فئته، فالرّجل مع الرّجال، والمرأة مع النّساء، والأبناء مع الأبناء؛ في منظومةٍ متناسقة رائعة، وهي ككلّ الحقوق تؤدّى حتّى ولو كان هذا الجارُ مسيئًا.

٢٤ـ برنامج إكرام الضّيوف

إكرامُ الضّيوف مِن مكارم الأخلاق وجميل الخصال، إنّه أحدُ علامات الإيمان بالله واليوم الآخر، فقد قالَ رسول الله صلى الله عليه وسلم: [مَن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليكرمْ ضيفه] (متّفق عليه)، وهي إحدى الخلال التي نعتتْ بها السّيدة خديجة ـ رضي الله عنها ـ زوجها رسول الله صلى الله عليه وسلم ليلة أنْ هبط عليه الوحي بغار حراء، فقالت مصدّقة له: [... وإنّك لتقري الضّيف...] أي تُكرِمُ الضّيف.

عندما سُئل الأوزاعي ـ رحمه الله ـ: ما إكرامُ الضّيف؟ قال: طلاقةُ الوجه وطيب الكلام. وبمقارنة هذا الفقهِ بفهم النّاس عن إكرام الضّيف في إكثار الطّعام وتنويعه، وإلّا فلا ضيافة لأحد، إنّ الكرم في الجود بالموجود، فالكرمُ لا تكلّف فيه.

ومِن تمام كرمِ الضّيافة الفرح بقدوم الضّيف وإظهار البشاشة له والتّرحاب به وملاطفته وإيناسه بحسن الحديث، والقيام بخدمته وشكره على تفضّله بالمجيء كقول الشّاعر:

الله يعلم ما سرّني شيء   كطارقة الضّيوف النّزّل

مازلت بالتّرحيب حتّى خلتني   ضيفًا لهم والضّيف ربّ المنزل

لقد كان العربُ قديمًا يستضيفون الغرباء ثلاثة أيّام بلياليهنّ قبل أنْ يسألوهم عن وجهتهم من فرط كرمِهم. وكان «حاتم الطّائي» مثالًا رائعًا في الكرم والجود والسّخاء، وكان شاعرًا كتب عن الكرم كثيرًا منها قوله:

فلا الجود يفني المالَ قبل فنائه   ولا البخل في المال الشّحيح يزيد

فلا تلتمسْ بخلًا بعيش مقتّر   لكلّ غدٍ رزقٌ يعود جديد

ألم ترى أنّ الرّزق غادٍ ورائحٌ   وأنّ الذي يعطيك سوف يعود

إنّها فضيلة تقلّصت كثيرًا تحت وطأة غلبة المادّة وانشغال النّاس عن النّاس وعن أنفسهم.



أيّتها الزّوجة الكريمة، إنّ إكرامك لضيوفِ زوجك يعني عنده أنّك تكرميه هو،

أيّها الزّوج الفاضل، ترحيبُك بضيوف زوجتك يرفع قدرها عندهم وقدرك عندها،

أيّها الآباء الكرام، حسنُ استقبال ضيوف وأصدقاءِ أبنائكم يرفع كثيرًا من مكانة هؤلاء الأبناء عند أصدقائهم، ويزيد من ثقتهم بأنفسهم، كما يعلي من مكانتكم عندهم واحترامهم لكم.

٢٥ـ برنامج الرّوتين اليومي

لتنظيم قضاء المهامّ والأعمال والمسئوليّات اليوميّة أنْ توضع في جدول تشغيل يومي. إنّ النّظام ضرورةٌ من ضرورات الحياة التي لا غناءَ عنها للإنسان إنْ أراد أنْ يكون أكثر إثمارًا وأغزر إنتاجًا، وإنّ أكثر ما يبدّد الجهدَ ويبخّر الوقت هي العشوائيّة والارتجاليّة. والحقيقة لا يوجد أمر ينظّم الجدول اليومي للإنسان، ويضبط إيقاعه مثل الصّلاة على وقتها، وسبحان العليم بما يصلحنا.

إنّ البيت الذي يخضع لنظامٍ روتينيّ صارم هو أكثر البيوت انتظامًا



إنّ الأعمال كلّها تندرج تحت صنفٍ من هذه الأصناف التّالية:

١ـ أعمال هامّة وعاجلة.

٢ـ أعمال هامّة وغير عاجلة.

٣ـ أعمال غير هامّة وعاجلة.

٤ـ أعمال غير هامّة وغير عاجلة.

والكيّس الفطن يصنّف أعماله بطريقة صحيحة ثمّ يرتّب أداءها وفقًا للتّرتيب التّالي: الأعمال الهامّة العاجلة ثمّ الأعمال غير الهامّة والعاجلة ثمّ الأعمال الهامّة غير العاجلة ويحاول قدر جهده إلّا يستلب وقته في الأعمال غير الهامّة وغير العاجلة.

مِن الأمور التي يجب أنْ يتمّ الاتّفاق على تنظيمها في الجدول الرّوتيني اليومي لأفراد الأسرة هي أوقات النّوم والاستيقاظ، وتناول الطّعام ومواعيد الاستذكار ومشاهدة الفضائيات واستخدام الشّبكة العنكبوتيّة وممارسة الهوايات والرّياضة، وزيارات صلة الأرحام والأقارب والجيران، وغيرها، وهي مواعيد تضمّ أفرادَ الأسرة كلّهم أو جلّهم، وتتيح التجمّع والتّلاقي والحوار والمناقشة والتّفاهم وتلاقح الأفكار والتقاء الرّؤى، وكلّها أمور محوريّة في اندماج الأسرة وترابطها.

ينبغي على كلّ فردٍ من أفراد الأسرة أنْ ينظّم يومه وواجبات هذا اليوم مع مراعاة أوقات الأعمال التي سيشترك فيها مع بقيّة

أفراد الأسرة أو غيرهم؛ كوقتِ تناول الطّعام والتنزّه فأيّ خلل في انضباط المواعيد المرتبطة بالآخرين يسبّب ضيقًا وضجرًا وشعورًا بالإهمال وعدم الاحترام وإضاعة الأوقات فتتفجّر الخلافات وتنشبُ المشاجرات، مثل ذلك الخطأ الشّائع الذي ترتكبه المرأة كثيرًا عندما تتأخّر في تهيئة نفسها للخروج من المنزل برفقة زوجها.

إنّ ضبطَ الأوقات يسهّل كثيرًا فرصَ التقاء أفراد الأسرة وينظّم سائر أنشطة الحياة، فلا بدّ من تحديد وقت نوم الأبناء لا يتأخّرون عنه تحت أيّ ظرف ـ إلّا القهري ـ وليس بدعوى إتمام إنجاز الواجبات المدرسيّة، أو بسبب زيارة اجتماعيّة طال فيها السّهر. إنّ ضبط أوقات الأنشطة اليوميّة سيضبط من ورائه أجهزة الجسم كالجهاز الهضميّ والجهاز العصبيّ، وسينتظم الإنسان في أوقات انتباهه ونومه وحاجته للطّعام والشّراب وذهابه للخلاء (دخول الحمّام)، الأمر الذي سيكون له انعكاس إيجابيّ واضح على صحّة المرء وعافيته.

إنّ ضبط الأوقات يعلّم الجميع- آباء وأبناء- أنّ هذا البيت له نظامه وقوانينه التي يخضع لها الجميع ممّا يجعله بيتًا منضبطًا منتظمًا.

إنّ تضاربَ أوقات الخروج من المنزل والعودة إليه ومواعيد النّوم والاستيقاظ وتناول الوجبات ومواعيد الزّيارات الاجتماعيّة

لأفراد الأسرة الواحدة ـ كما هو كائنٌ الآن بين النّاس ـ تجعل فرص التقائهم معًا قليلة، ممّا يؤثّر سلبًا على تماسك الأسرة وتفاهم أفرادها، ويجلب لهم المزيدَ من أسباب الفرقة والشّقاق.

إنّ الحياة التي يحياها النّاس في هذا العصر تدورُ بهم في رحى تطحن المشاعر والودّ وتمزّق الأواصر والقرب، حتّى الفرص الطّبيعيّة لالتقاء أفراد الأسرة الواحدة ـ كالتجمّع على الطّعام مثلًا ـ نبدّدها تحت دعاوى فيها من السّخف والسّطحيّة الكمّ الوفير.



خاتمة

آنَ أوانُ إسدال السّتار على حياة ناوشتها توتّرات سوء الاتّفاق أو عدمه.

... آنَ أوانُ استقرار الحياة الزّوجيّة تحت ظلال حُسن الاتّفاق وجميل الوفاق الذي يهب الحياة طعمَ الحياة.

... آنَ الأوان، بعدما أيقنّا بأهميّة وجود الاتّفاق بين الزّوجيْن وضرورته وحتميّته، وأنّه يشكّل في حقيقته ركنًا ركينًا في استقرار الأسرة وبقائها ونمائها.

... آنَ الأوان، بعدما فهمنا الأسس السّليمة التي يجب أنْ يبنى عليها الاتفاق القابل للتّطبيق والمسبّب للرّاحة والجالب للسّعادة، وعرفنا ضرورة الالتزام بما تمّ الاتّفاق عليه وحتميّة تعديله وتطويره مع مرور الوقت، وتبعًا للظّروف والمستجدّات ومضيّ الزمان وتغيّر الأحوال.

وتعرّفنا بعد ذلك على أغلب البرامج الهامّة التي تربط أفراد الأسرة من آباء وأمّهات وأبناء، والتي تمثّل مهامّ الحياة كلّها ومسئوليّاتها، والأسس التي قامت عليها هذه البرامج وطرائق



تنفيذها لتكون الأسرة منظومة رائعةً يكون أفرادها كالبنيان المرصوص.

فماذا ينقصُنا حتّى نبدأ حياةً زوجيّة سويّة صائبة سعيدة، إنْ كنّا حديثي الزّواج، أو نرمّم حياة زوجيّة مضتْ متوتّرة فترةً من زمان، إنْ كنّا زوجين منذ أعوام خلت؟

أعتقدُ لا شيء، وبالتّالي لا شيء يمنع من البدء في سلك طريق الاتّفاق والوفاق.

... وكما قيل،
... ما تأخّر مَن بدأ،

المراجع

أبو الحمد ربيع. البيت المسلم القدوة أمل يحتاج إلى عمل. دار التوزيع والنشر الإسلامية. القاهرة، ٢٠٠٤م.

أسامة يحيى أبو سلامة. شريك حياتي من فضلك افهمني. الطبعة الثانية. دار الأندلس الجديدة. القاهرة، ٢٠٠٩م.

السيد عبد الستار المليجي. أصنام في ساحة التعليم، دعوة لإنقاذ الأمّة قبل فوات الأوان. مركز الإعلام العربي. القاهرة، ١٩٩٤م.

حسن المالح. مقالات بالشّبكة العنكبوتية.

حسن سعودي. كيف تتخلّص من زوجتك القديمة. دار الأندلس الخضراء. جدة، ٢٠٠٨م.

عائض القرني. ضحايا الحبّ. مكتبة العبيكان ـ الرياض. ٢٠٠٣م.

سميحة غريب. الجنّة في بيوتنا، الجزء الثاني. جنا. الإسكندريّة ، ٢٠٠٨م.

سميحة غريب. زواج بلا مشاكل. دار التوزيع والنشر الإسلامية. القاهرة، ٢٠٠٤م.



سناء أبو زيد. بارك الله لكما، دليلك إلى السّعادة الزوجية. دار التوزيع والنشر الإسلامي. القاهرة، ٢٠٠٤م.

شحاته محروس. الحبّ والزّواج أشواك وأشواق. دار أمان للنشر. القاهرة، ٢٠٠٨م.

محمد إبراهيم الشربيني صقر. أنا وحماتي، قصص وعبر وعظات في حياة الأزواج مع الحموات. ألفا للنشر والإنتاج الفني. الجيزة، ٢٠٠٩م.

حسين حسين شحاته. اقتصاديات البيت المسلم في ضوء الشريعة الإسلامية. دار النشر للجامعات. القاهرة، ٢٠٠٧م.

مارجري د. روزين وآخرون. الأسرار السّبعة للزواج السعيد. مكتبة جرير. الرياض، ٢٠٠٧م.

محمد السقا عيد. معالم في تربيّة الأطفال. السعد للنشر والتوزيع، ٢٠٠٧م.

محمد حسين. العشرة الطيبة. دار التوزيع والنشر الإسلامية. القاهرة.

محمد حسين عيسي. البيت محراب عبادة. قطر النّدى للنشر. القاهرة، ٢٠٠٤م.

ميساء قرعان. مقالات بالشّبكة العنكبوتية.

هند أحمد. مشكلتك الزّوجيّة لها حلّ فالصّلح خير. دار المدائن للنشر والتوزيع. الإسكندرية، ٢٠٠٤م.



فهرس المحتويات